

# La persona: encuentro a tres bandas

“Conocerse a sí mismo es una necesidad y un deber a los que ninguno puede sustraerse. El hombre tiene necesidad de saber quién es, es una vocación (llamada) totalmente persona que tiene que realizar el mismo”.

El 75 % “sufre” de una baja consideración de sí mismos.

Dos maneras de vivir el problema de la inseguridad: la de negarla y la de padecerla.

## I “FANFARRONES”

- Son gente continuamente insatisfecha y aunque no lo dejan ver, profundamente tristes.
- Su principio: Más domino, más soy alguien.
- Percibe las relaciones en clave de enfrentamiento, de envidia sutil, de conflicto.. percibe la diferencia del otro como un atentando contra su seguridad,
- ¿Cómo puede arriesgar si no está seguro de si mismo?

## II “LOS TÍMIDOS”

- Son aquellos que perciben sólo los aspectos negativos de su personalidad, no saben captar lo que tienen de positivo
- Esta oprimido por la propia limitación, prisionero de un sentimiento de culpa. Lo paraliza el miedo al fracaso y va de víctima.

Estos dos ejemplos son dos referencias de la crisis de identidad

## LA PERSONA NO NACE.... SE HACE

El **desarrollo global de la vida supone un cierto éxito** en los tres caminos que sé abren delante de toda persona, apenas se da cuenta de la realidad:

1. **La relación Positiva consigo mismo:** hasta formar una identidad propia, capaz de amar, optar libremente y autoevaluarse.
2. **La relación positiva con los otros** y con lo que sucede a su alrededor: para construir una sociedad y cultura más humanas.
3. **La relación positiva con Dios.** El conocimiento del hombre y su destino está profundamente unido al conocimiento de Dios y de su voluntad creadora: la identidad del hombre está escondida en Dios.

## 1) RELACIÓN POSITIVA CONSIGO MISMO

### 1.1. Conocimiento de sí mismo

- ❖ **Las ideas y opiniones**
- ❖ **Los sentimientos que afloran**
- ❖ **La escala de valores**
- ❖ **El sentido de la vida**
- ❖ **Aceptación de sí mismo**

- Aceptar el propio cuerpo
- Aceptar el propio carácter
- Aceptar la propia historia pasada
- Aceptar la propia familia
- Aceptar el lugar donde se vive

❖ **Visión positiva de sí mismo**

❖ **Dos actitudes a evitar**

- La actitud infantil
- La actitud narcisista

❖ **Comunicar el mundo interior**

## **2) RELACIÓN POSITIVA CON LOS OTROS**

- ◆ **Aceptar al otro como alguien distinto**
  - Evitar todo intento de manipulación, posesión o dominio
  - Tener capacidad de sorpresa y admiración
- **Descubrir la persona por encima de las apariencias**
- **Valorar lo positivo de los otros**
- **Tener una actitud comprensiva**

## **3) RELACIÓN POSITIVA CON DIOS**