



EL NÚCLEO DE LA IDENTIDAD PERSONAL

Parroquia Ntra. Sra. Reina del Cielo – Nº 29 - 29 de abril DE 2012

Uno de los conceptos más revolucionarios que nace de nuestra experiencia clínica - afirma el psicólogo Carl Rogers - es la intuición de que la naturaleza del hombre es positiva, radicalmente socializable, progresiva, racional y realista.

- **Positiva:** En nosotros siempre hay algo bueno.
- **Radicalmente socializable:** Hay algo en todo individuo que lo impulsa al encuentro, con tal de que tenga una adecuada madurez.
- **Progresiva:** Hay un flujo constante orientado a la realización De las propias posibilidades, una tendencia natural al crecimiento.

Este ser personal profundo está formado por el “conjunto de las riquezas y de las limitaciones que me constituyen tal como soy”

En el hombre hay más aún: cromosomas y ambiente inciden profundamente; las experiencias de los primeros años de vida dejan rastro, **pero el hombre puede orientarse según un proyecto libre.**

Cada uno es lo que es; pero cada uno es también proyecto de sí mismo, **fruto de su búsqueda y de sus ideales.**

Para llegar al centro de sí mismo se necesita atención, tiempo, como **asimismo una ayuda sincera y no interesada.**

Tomar conciencia de las propias limitaciones es tan importante como ser consciente de las propias riquezas y capacidades. Sólo entonces se puede hallar la propia identidad.

LA META A ALCANZAR:

Es entonces cuando uno se libera del orgullo, que consiste en construirse por sí sólo, según el propio modelo, prescindiendo de las dimensiones reales propias y de los demás.

La auténtica identidad propia se precisa y consolida en la medida en que da origen en la vida a una misión.

• No encontrarás tu identidad mirándote al espejo o acariciando sueños imposibles, ni saltando de acá para allá, yendo de unos a otros.

• La encontrarás mediante el descubrimiento personal de la fuente de tu vida, abriéndote a un “más allá de ti mismo”, Absoluto verdadero.

• Es ahí, reconociendo y asumiendo tu capacidad y limitaciones constitutivas, donde te puedes encontrar a ti mismo como criatura, rica y al mismo tiempo limitada, y al Creador como fuente de existencia.

• En la medida en que esto ocurra, te pones en marcha, liberando tu identidad y asumiendo tu específica misión en la vida.

Estar convencido y desear una identidad de sí que sea válida es algo determinante para el propio crecimiento Y constituye una fuerte motivación.

Pero no basta. *Se precisan pistas preferenciales e instrumentos adecuados* para no terminar en puro juego intelectual.

El deseo personal de desarrollarte integralmente como persona y ayudar a mejorar la tierra, empezando por tu pequeño mundo, además de intentar hacer felices a los que te rodean.

EL PROCESO PARA LLEGAR A ESTE FIN, SUGERENCIAS:

• Establece los criterios de tu actuar como persona o proyecto de ti mismo: **¿qué tipo de persona quiero llegar a ser?**

• Quiérela y anhela con toda la fibra de tu ser el conseguir llegar a ser el tipo de persona que has decidido **de modo claro, decidido y perseverante.**

• Concreta en metas a largo plazo y en objetivos a medio plazo el tipo de persona que quieres llegar a ser

• Haz un seguimiento sistemático para ver si tu comportamiento está en línea con tus objetivos y metas.

• Modifica tus objetivos a medio plazo, según vayas consiguiendo actitudes y hábitos que te has propuesto y vete incorporando aquellos que te seguirán ayudando a avanzar en la consecución de las metas de tu proyecto de vida.

Define tus prioridades más elevadas y los objetivos a medio plazo que han de hacer posible tu crecimiento como persona y que tendrán que ver con:

- Tu vida espiritual y la relación con el Absoluto.
- Tú mismo, tu perfeccionamiento como persona.
- Tus aspiraciones y obligaciones de estudio y profesionales.
- Tu vida afectiva.
- Tu y los demás, vida social, de relación y de servicio.
- Tus aspiraciones de tipo cultural.
- Tus objetivos para cuidar tu salud y desarrollar una actividad física adecuada a tu edad y a tus gustos.
- Los planteamientos recreativos necesarios para tu equilibrio personal.

Puedes definir inicialmente seis o siete metas a largo plazo y unos veinticinco o treinta objetivos a medio plazo. Posteriormente la propia experiencia, te marcará los procedimientos concretos que vas a usar y los compromisos de desarrollo que asumes.

“El hombre ordinario se cuida de pasar el tiempo; el hombre de talento de emplearlo” (Schopenhauer).

“Prudente en determinar. Enérgico y diligente en ejecutar. Perseverante hasta morir en la raya”