

SOY UNA PERSONA IMPORTANTE

OBJETIVO:

Ser conscientes de que valemos y somos dignos de respeto, de amor, etc. no por lo que tenemos o hemos logrado, sino porque somos personas. Nacimos siendo muy importantes.

DINÁMICA:

Sacarle copias a la siguiente dinámica y distribuirlos a cada uno de los integrantes, para que cada quien la conteste individualmente. Para esto pedir mucha sinceridad, ya que nadie verá sus respuestas. Tiempo 10 minutos aprox.

CHARLA:

¿Qué es lo que el hombre realmente busca y desea lograr en la vida?

Posiblemente contestemos que ser feliz, sentirse amado, tener éxito, realizarse, etc.

Si analizamos estos deseos, veremos como, en el fondo, todos coinciden en uno: el deseo, la necesidad, de sentirse persona valiosa.

Una persona feliz, es una persona que se valora, que se siente segura de sí misma. La persona que es amada, está confirmando su valor. Ella es importante para alguien. Al tener éxito, sea en la escuela, en algún trabajo, etc. la persona comprueba que es capaz de lograr lo que se propone, es capaz y valiosa.

Trata de recordar alguna ocasión en que te sentiste valioso/a e importante... ¿Qué sentías además de eso? ¿Cómo estaba tu cara? ¿y tu cuerpo? Platícalo con tu compañero que tienes a la derecha. ¿Por qué esta necesidad de sentirnos valiosos? Pues porque somos valiosos, no por lo que hemos logrado o por lo que tenemos, sino por ser personas. Nacimos siendo muy valiosos.

El Génesis nos dice: Y DIOS DIJO: HAGAMOS AL HOMBRE A IMAGEN Y SEMEJANZA NUESTRA, Y DOMINE A LOS PECES DEL MAR Y A LAS AVES DEL CIELO Y A LAS BESTIAS Y A TODA LA TIERRA.

¿Qué quiere decir "Hechos a imagen y semejanza de Dios"? Que somos capaces de pensar y de decidir; con una gran capacidad para amar, libres para optar por el bien o el mal, capaces de continuar su obra creadora en el mundo. Nacimos para ser grandes, para realizarnos desarrollando todo nuestro potencial.

De allí nuestro anhelo de superación, de amar y de ser amados, de reconocimiento, de ser libres, de creatividad, de dominar la materia, de ser felices.

Ninguna otra criatura posee estas características. Por eso es que el hombre es el rey de la creación. Tenemos un valor y una dignidad por ser personas, por existir. Y todas las personas, por igual, somos valiosas e importantes, seamos hombre o mujer, negras, blancas o amarillas, sepamos muchas cosas o seamos ignorantes, seamos ricas o pobres, estemos todavía en el vientre materno, tengamos un mes de nacidas o 99 años.

Somos iguales en esencia, en dignidad. Somos distintos, porque cada uno de nosotros es único e irrepetible.

YO NO SOY MÁS QUE NADIE
YO NO SOY MENOS QUE NADIE
YO SOY IGUAL DE IMPORTANTE QUE TODOS.

ESA ES LA REALIDAD.

ILUMINACIÓN CRISTIANA DE LA REALIDAD

Leer en la Biblia, Génesis Cap. 1 vers. 26-27. Es casi seguro que desde hace muchos años hemos oído que Dios nos creó a su imagen y semejanza. Mas, ¿qué significa esto para nosotros?

Si nos paramos frente a un espejo, ese espejo refleja nuestra imagen, ¿verdad? Bueno, pues algo así sucede con Dios y nosotros. No que Dios tenga una cara y un cuerpo como el nuestro, sino que nuestras características y capacidades, son reflejo de las de Dios.

Primeramente, Dios es amor, y sólo el hombre, de todas las criaturas del universo, es capaz de amar, de relacionarse por amor y no por instinto. Dios es totalmente libre, y nosotros hemos sido creados libres. Libres para pensar, sentir, decidir y actuar. Nuestro Dios es Creador, y nosotros tenemos una gran capacidad de construir, de mejorar, de crear, no de la nada, como lo hizo Dios, pero sí de una materia prima, construir y desarrollar todo ese potencial que Él puso en nosotros. Continuar con la creación de un mundo más humano y fraterno. Nuestro Dios es alegre, es feliz. ¿Podríamos imaginar a un Ser enojado o tremendamente serio, creando tantas flores bellas, los pajaritos, las mariposas, las puestas de sol, la sonrisa de un niño?

Cuando nosotros estamos alegres y felices, reflejamos la alegría de Dios. Y así podríamos continuar enumerando...

Y todas estas capacidades que son reflejo de las de Dios, nos han sido dadas para vivir en comunidad con otras personas. No somos seres aislados. Y entre más vivamos en el amor, más claro y transparente será el reflejo de Dios en nosotros. Él está dentro de cada uno. Permitámosle que se manifieste a través de cada uno de nuestros actos.

ACTUAR

Vuelve a leer, despacio, el ejercicio que hicimos al principio. Pregúntate...

¿Son éstas, características de una persona que se valora?

¿Cuál te gustaría cambiar?

¿Cómo le vas a hacer para cambiarla? Algo concreto.

CONOCIENDO CÓMO SOY Y QUÉ PIENSO DE MÍ

Revisa rápidamente esta lista de rasgos. Escribe una:

(/) frente a los apropiados a tu propia imagen

(X) frente a los no apropiados

(?) frente a los que no estás seguro

- Me gusta
 - Me da miedo la gente
 - Conozco mis sentimientos
 - No me entiendo
 - Me siento mal respecto de mí mismo
 - Tengo muchos amigos
 - No me interesa lo que pase en mi comunidad
 - Dependo de las ideas de otras personas
 - No me gusta ser del sexo que soy
 - Me gusta estudiar
 - Me da miedo fracasar
 - Me acepto como soy
 - Pierdo el tiempo
 - Confío en mí mismo
 - Estoy triste frecuentemente
 - Disfruto de la naturaleza
 - Dios me ama
 - No me interesa vivir
 - Siempre hago lo que los demás esperan de mí
 - Soy feliz
 - Escondo mi verdadera personalidad
 - Tengo miedo a ser rechazado
 - Envidio a otras personas
 - Disfruto de la vida
- ¿Dónde te colocarías tú? Marca una X
- No valgo nada
 - Soy muy valioso/a