

Tema 1

08:32 min

DIFERENCIA ENTRE “EL” INTERIOR Y “MI” INTERIOR

¿Cuál es la diferencia entre “el” interior y “mi” interior?

Cuando conocemos el cuerpo humano, lo estudiamos de manera impersonal... “el” cuerpo humano; y luego podemos hacer una relación con nuestro propio cuerpo. Podemos estudiar los pulmones y luego ver qué pasa con ellos. Así, algunos tienen alergias respiratorias y otros, no. Cada uno tiene una experiencia diferente en relación a los pulmones. Así sucede con el enfoque de este taller: se tocarán temas que les pasa a todos los seres humanos, como por ejemplo sentimientos; luego, para cada uno, dentro de los sentimientos, la experiencia de “bronca”, será diferente.

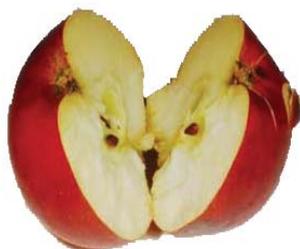
Comparación con una manzana

Vamos a comparar nuestro interior con una **manzana**...



Vemos una manzana que no está cortada sino entera, podemos decir que vemos la manzana en su apariencia de un “todo”; ¿puedo decir que porque veo la manzana, la conozco? No, para conocerla la tengo que experimentar: experimentar su sabor; si solamente la miro, no voy a conocer su sabor, no voy a saber si es dura o no; o cómo es por dentro.

Para tener la experiencia necesaria de “conocer” la manzana, la tengo que abrir y cortar para saber qué hay dentro de ella.



Nosotros también somos un “todo”, pero vamos a imaginarnos que nos vamos a cortar por la mitad para poder conocernos mejor.

Durante el taller se van a tocar ciertos contenidos en partes, como si fueran una partecita de esta manzana...



para poder comprendernos con más facilidad.

Muchas veces nos miramos a nosotros mismos y vemos sólo una parte de lo que somos: el trabajo que tenemos, el dinero que ganamos, la cantidad de hijos, nuestra apariencia, la forma de nuestro cuerpo... entonces, nos vemos como si fuésemos sólo este pedazo...



que si lo como puedo conocer su sabor, su textura... pero sólo saboreamos y nos alimentamos con un pedazo de la manzana.

Dios nos ve como un todo, nos ve como esta manzana entera...



A veces tenemos una **visión limitada de nosotros mismos**, por eso, con la ayuda de Dios, vamos a intentar abrir nuestra mirada al interior de nosotros mismos, para que completemos esa mirada parcial de nuestro interior.

El saber que Dios nos ve completos y que nosotros vemos solamente una parte de nosotros mismos... nos tiene que motivar para **animarnos a tener confianza**. Confianza en nosotros, porque Él nos ama, nos quiere cuidar, nos tiene paciencia. Y también tenemos que tener paciencia con nosotros mismos, cuidarnos y tolerarnos en este aprendizaje que como todo proceso, lleva su tiempo.

El taller tiene un **enfoque psicológico** con **orientación espiritual**, que, en este caso, significa una mirada puesta en el Evangelio, en relación con nosotros mismos, con los demás y con Dios.

La propuesta es que, a través de la comprensión de contenidos que se explican de manera oral y visual, a través de cuentos que estimulen la reflexión, meditaciones y cuestionarios, canciones y algunas partes de películas, cada uno pueda mirar dentro suyo para conocerse un poquito más. Vamos a imaginar que dividimos la manzana en dos; de la misma manera podemos imaginarnos que nosotros también estamos divididos en dos: un cuerpo físico y un cuerpo espiritual (1 Corintios 15, 40-49). El rumbo de mi vida, lo que soy, mis experiencias, va a depender un poco de mis decisiones y desde qué lugar las tomo... de cuánto pongo de reflexión en ellas... de cómo es mi razonamiento... de cuánto control tengo sobre mis emociones...

De todo eso se trata el taller "Conociendo mi Interior", de ver cómo muchas cosas influyen en mi vida, en la conformación de mi personalidad, en mis emociones y en definitiva, del rumbo que vamos tomando.

Canción: "Me quieres amar" (Pilgrims)

Citas sugeridas para acompañar este tema:

"Hay cuerpos celestiales y cuerpos terrestres, y cada uno tiene su propio resplandor: uno es el resplandor del sol, otro de la luna y otro el de las estrellas, y aun las estrellas difieren unas con otras por su resplandor.

Lo mismo pasa con la resurrección de los muertos: se siembran cuerpos corruptibles y resucitarán incorruptibles; se siembran cuerpos humillados y resucitarán gloriosos; se siembran cuerpos débiles y resucitarán llenos de fuerza; se siembran cuerpos puramente naturales y resucitarán cuerpos espirituales.

Porque hay un cuerpo puramente natural y hay también un cuerpo espiritual. Esto es lo que dice la Escritura: El primer hombre, Adán, fue creado como un ser viviente; el último Adán, en cambio, es un ser espiritual que da la Vida. Pero no existió primero lo espiritual sino lo puramente natural; lo espiritual viene después. El primer hombre procede de la tierra y es terrenal; pero el segundo hombre procede del cielo. Los hombres terrenales serán como el hombre terrenal, y los celestiales como el celestial. De la misma manera que hemos sido revestido de la imagen del hombre terrenal, también lo seremos de la imagen del hombre celestial".

1 Corintios 15, 40-49

Cuestionario 1: “La manzana y mi interior”

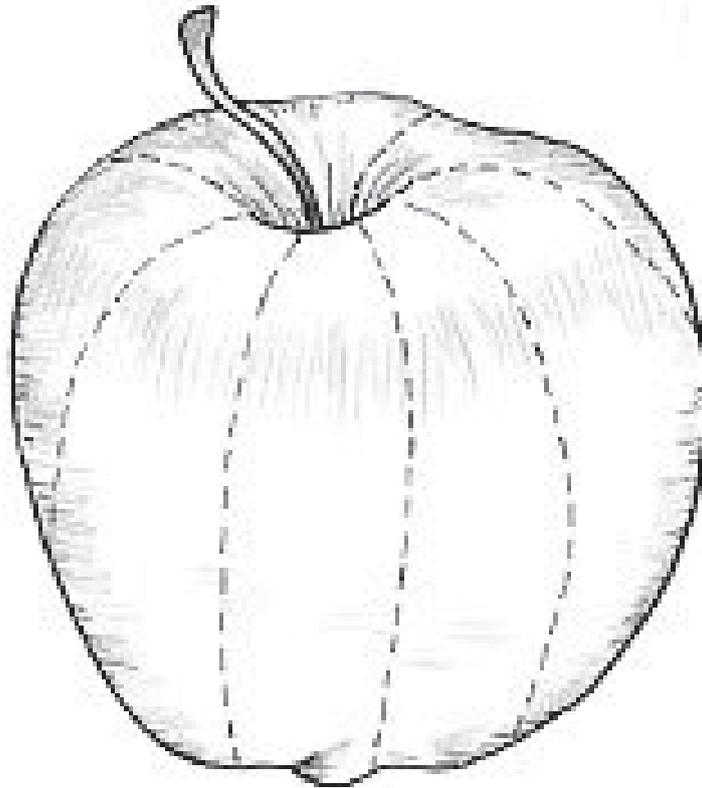
1. Si me comparo con una manzana... ¿Con qué parte de la manzana me identifico más?

- ¿Con la cáscara? (le doy mucha prioridad a la apariencia de mí mismo y a la de los demás)
- ¿Con una manzana ya pasada? (vivo castigándome por mis errores y defectos, llenándome de culpa por mi pasado, siento desesperanza)
- ¿Con el corazón de la manzana? (soy una persona que se cierra a los demás, que se distancia del otro)
- ¿Con el cabito? (me siento inútil, siento que los demás no me necesitan o que no les podría aportar algo positivo.)
- ¿Con toda la manzana? (sé que tengo algo para dar a los demás, a la vez que hay cosas que debo cambiar de mí mismo porque no sirven positivamente, y que debo estar atento para evitar las mismas “caídas”)

2. Si me comparo con una manzana... ¿Con cuál me identifico más?

- ¿Machucada? (siento que por dentro estoy angustiado, muy herido, cansado o sin ánimo)
- ¿Sabor insulso? (postergo mi persona adaptándome siempre a los deseos de los otros, me acomodo a sus caracteres, tal vez para evitar o no enfrentar problemas, soy demasiado condescendiente con los demás)
- ¿Sabor sabroso? (sé que tengo cosas buenas y positivas para dar, busco la manera de canalizar mis capacidades)
- ¿De apariencia brillante? (me esmero en mostrar una apariencia que llame la atención, que sea aceptada por los demás, hacer lo que “se espera” de mí.)

3. Si cada gajo es un aspecto de mi persona, ¿cómo llamaría a cada uno?



4. ¿Qué aspectos de mi persona hoy estoy desarrollando más? ¿Por qué?

5. ¿Hay algún aspecto de mi persona que siento que le debería dar más importancia o desarrollar más? ¿Cómo podría hacerlo?

