

# ELABORACIÓN DEL PROYECTO PERSONAL



**Loyola, Mayo 2012**

## 1. ÁMBITO DEL CUIDADO DE UNO MISMO

Con el fin de ser cada día más yo mismo.  
Atendiendo a mi propio crecimiento.

### ***TODO ESTO DESEO***

Que mi oído esté atento a tus susurros.  
Que el ruido cotidiano no tape tu voz.  
Que te encuentre, y te reconozca y te siga.  
Que en mi vida brille tu luz.  
Que mis manos estén abiertas para dar y proteger.  
Que mi corazón tiemble con cada hombre y mujer que padecen.  
Que acierte para encontrar un lugar en tu mundo.  
Que mi vida no sea estéril.  
Que deje un recuerdo cálido en la gente que encuentre.  
Que sepa hablar de paz, imaginar la paz, construir la paz.  
Que ame, aunque a veces duela.  
Que distinga en el horizonte las señales de tu obra.  
Todo esto deseo, todo esto te pido, todo esto te ofrezco, Padre.

Dar los siguientes pasos:

- a) Detectar lo que más valoro de mi persona.
- b) Dar gracias por ello.
- c) Detectar lo esencial.

A continuación concretar en algunos aspectos importantes:

1. Mecanismos de atención
2. Cuidado de la agenda para que dé cabida a lo importante
3. Aprendizajes y cultivos...
4. Ejercicios de descentramiento
5. Participación en ámbitos comunitarios.

## 2. ÁMBITO DEL CUIDADO DE LOS OTROS

Con el fin de que los demás sean cada día más ellos mismos.  
Atendiendo a su propio crecimiento.

### ***BENDICE MIS MANOS***

Señor, bendice mis manos  
para que sean delicadas y sepan tomar  
sin jamás aprisionar,  
que sepan dar sin calcular  
y tengan la fuerza de bendecir y consolar.

Señor, bendice mis ojos  
para que sepan ver la necesidad  
y no olviden nunca lo que a nadie deslumbra;  
que vean detrás de la superficie  
para que los demás se sientan felices  
por mi modo de mirarlos.

Señor, bendice mis oídos  
para que sepan oír tu voz  
y perciban muy claramente  
el grito de los afligidos;  
que sepan quedarse sordos  
al ruido inútil y la palabrería,  
pero no a las voces que llaman  
y piden que las oigan y comprendan  
aunque turben mi comodidad.

Señor, bendice mi boca  
para que dé testimonio de Ti  
y no diga nada que hiera o destruya;  
que sólo pronuncie palabras que alivian,  
que nunca traicione confidencias y  
secretos,  
que consiga despertar sonrisas.

Señor, bendice mi corazón  
para que sea templo vivo de tu Espíritu  
y sepa dar calor y refugio;  
que sea generoso en perdonar y  
comprender  
y aprenda a compartir dolor y alegría  
con un gran amor.  
Dios mío, que puedas disponer de mí  
con todo lo que soy, con todo lo que  
tengo.

Dar los siguientes pasos:

- a) Identificar lo que más valoro de los otros
- b) Dar gracias por ello
- c) Detectar lo que es esencial en este ámbito para mí

A continuación concretar en algunas esferas importantes:

- Esfera familiar:
  - Concretar la actitud básica a mantener, qué cuidar y cómo hacerlo
  
- Esfera profesional:
  - Situarme ante la dimensión de “fe y justicia”
  - Ubicarme ante la calidad de mi servicio profesional
  - Concreción de una posible opción por los últimos
  - Considerar mi participación en la comunidad apostólica de mi obra
  
- Esfera interpersonal:
  - Actitud básica que deseo tener
  - Cómo concreto el cuidado por los demás
  
- Esfera de la creación

### 3. ÁMBITO DEL CUIDADO DE LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL

***LO MÁS IMPORTANTE NO ES:***

QUE YO TE BUSQUE,

Sino que Tú me buscas en todos los caminos

QUE YO TE LLAME POR TU NOMBRE,

Sino que Tú tienes el mío tatuado en la palma de tus manos

QUE YO TE GRITE CUANDO NO TENGO NI PALABRA,

sino que Tú gimes en mí con tu grito

QUE YO TENGA PROYECTOS PARA TI,

sino que Tú me invitas a caminar contigo hacia el futuro

QUE YO TE COMPRENDA,

sino que Tú me comprendas en mi último secreto

QUE YO HABLE DE TI CON SABIDURÍA,

sino que Tú vives en mí y te expresas a tu manera

QUE YO TE GUARDE EN MI CAJA DE SEGURIDAD,

sino que yo soy una esponja en el fondo de tu océano

QUE YO TE AME CON TODO MI CORAZÓN Y TODAS MIS FUERZAS,

sino que Tú me amas con todo tu corazón y todas tus fuerzas

QUE YO TRATE DE ANIMARME, DE PLANIFICAR,

sino que tu fuego arde dentro de mis huesos

PORQUE, ¿CÓMO PODRÍA YO BUSCARTE, LLAMARTE, AMARTE...

si Tú no me buscas, llamas y amas primero?

EL SILENCIO AGRADECIDO ES MI ÚLTIMA PALABRA

Y mi mejor manera de encontrarte.

Dar los siguientes pasos:

- Identificar lo que más valoro en esta dimensión
- Dar gracias por ello
- Detectar lo que es esencial en este ámbito para mí

Concretar en algunos aspectos:

- Algunas actitudes:
  - Cultivar la creatividad
  - Contactar con ámbitos de belleza y de arte
  - Aprender a mirar la realidad desde abajo, desde los últimos
- Algunas prácticas:
  - El cuidado de la oración
  - El análisis interior
- Algunas actividades:
  - Realizar Ejercicios Espirituales
  - El camino de Santiago...

**Texto evangélico: Lc 4,16-22**

Fue a Nazaret, donde se había criado, y según su costumbre entró un sábado en la sinagoga y se puso en pie para hacer la lectura.

Le entregaron el libro del profeta Isaías. Lo abrió y dio con el texto que dice:

*“El Espíritu del Señor está sobre mí, porque él me ha ungido para que dé la Buena Noticia a los pobres; me ha enviado a anunciar la libertad a los cautivos y la vista a los ciegos, para poner en libertad a los oprimidos, para proclamar el año de gracia del Señor”.*

Lo cerró, se lo entregó al empleado y se sentó. Toda la sinagoga tenía los ojos fijos en él. Él empezó diciéndoles: “Hoy, en presencia vuestra, se ha cumplido este pasaje de la Escritura”.

Todos lo aprobaban, y estaban admirados por aquellas palabras de gracia que salían de su boca.

