

# 1 IO -PERSONA

NELLA COSTRUZIONE DELL' AMORE

Chi sono IO?  
Mi conosco?



1

“Tu mi scruti e mi conosci...”

Sal 139,1

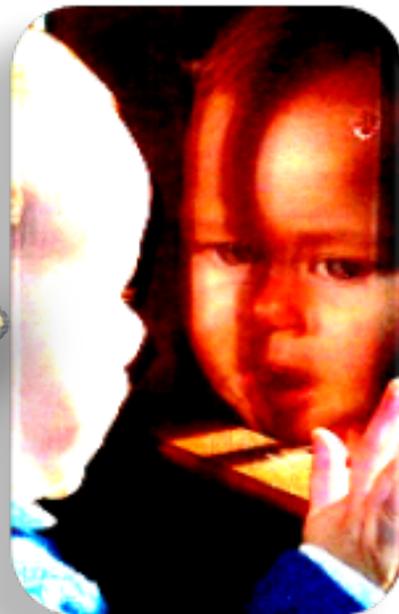
# 1 IO -PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

“Tu mi  
scruti e  
mi conosci...”

Sal 139,1



1 Osserva l'immagine di questa bambina.  
Cosa ti suggerisce?



Sembra che stia guardando attraverso un vetro e  
sia sorpresa da qualcosa...ma...

Sta guardando se stessa? È capace di vedere il suo volto nel riflesso del vetro?

Vedere è diverso da guardare, sentire è diverso da ascoltare.

In molte occasioni noi attraversiamo la vita in “punta di piedi”.

2 Ti invitiamo a CAMBIARE lo sguardo, a farti sorprendere non solo da ciò che c'è fuori di te, intorno a te, bensì da te stesso. Per il tuo valore, per il bene che sei, per la grande avventura di essere PERSONA.

3 Cerca di farti una fotografia come quella che ti abbiamo presentato della bambina e incollala nel riquadro. Questo sarà il tuo inizio.



# 1 IO-PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

4 Per cambiare lo SGUARDO su te stesso, inizia col chiederti:

**Chi sono?**

**Da dove vengo?**

Scrivi il tuo nome

**Dove vado?**

**Per chi sono?**

5 Potresti rispondere a ciascuna domanda? Cerca di approfondire

**Chi sono?**

---

---

**Da dove vengo?**

---

---

**Dove vado?**

---

---

**Per chi sono?**

---

---



È stato facile? Hai chiare tutte le risposte?

---

---

# 1 IO-PERSONA

# 1

## Chi sono io? Mi conosco?

6 Ti invitiamo a leggere questo testo...



### Da dove vengo?

Ogni giorno succedono molte cose attorno a noi che diamo per scontato proprio perché le vediamo quotidianamente. Ci siamo abituati ad esse e, tuttavia, sono cose straordinarie. Ogni mattina vediamo nascere il sole.

Sappiamo che il movimento della Terra attorno alla sua asse è responsabile della sequenza del giorno e della notte; tuttavia, non possiamo anticipare l'alba nemmeno di un minuto. E apriamo gli occhi ogni mattina.

Se potessimo unire tutte le stelle dell'universo in uno spazio limitato e contemplare i loro lampi luminosi, i loro colori e la loro energia, la loro bellezza non avrebbe, nemmeno per un secondo, la dignità né il valore di una nuova vita umana che viene al mondo.

Ogni essere umano che inizia l'esistenza ha una vita da vivere e un progetto da costruire: essere e stare al mondo come persona unica e irripetibile che vuole amare ed essere amata.

La nostra vita non è frutto del caso o della casualità. Ciascuno di noi è stato pensato, creato e amato da Dio da sempre e per sempre, con le sue qualità e i suoi limiti.

### .. Tu mi conosci...

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggio e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri,  
mi scruti quando cammino e quando riposo.  
Ti sono note tutte le mie vie;  
la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta.  
Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.  
Stupenda per me la tua saggezza,  
troppo alta, e io non la comprendo.  
Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei,  
se scendo negli inferi, eccoti.  
Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.

Se dico: "Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte";  
nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.  
Sei tu che hai creato le mie viscere  
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere,  
tu mi conosci fino in fondo.  
Non ti erano nascoste le mie ossa  
quando venivo formato nel segreto,  
intessuto nelle profondità della terra.  
Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi  
e tutto era scritto nel tuo libro;  
i miei giorni erano fissati,  
quando ancora non ne esisteva uno.

Sal 139 1-16

# 1 IO-PERSONA

# 1

## Chi sono io? Mi conosco?

Credi che ci sia qualcuno che ti conosca in questo modo? Che sia capace di penetrare i tuoi pensieri? Di stringerti in questa maniera? Di coprirti, proteggerti ... di formarti nel seno di tua madre? Pensa a chi potrebbe essere.



C'è un Padre che già si prendeva cura della mia vita, ancor prima che mio padre e mia madre mi vedessero e mi abbracciassero per la prima volta.

Un Padre buono che vuole che io sia amato e felice, e soffre quando non lo sono. Non gli sono indifferente. Mi dona una dignità che nessuno mi può togliere anche se a volte vengo trattato ingiustamente, una dignità che ho unicamente per il fatto di essere quel che SONO: figlio, figlio di Dio.

Molto prima che fossimo creati, Dio aveva già pensato a ciascuno di noi, aveva pensato a me. Con il mio nome. Unico, irripetibile, speciale. E mi ama infinitamente. Tanto che mi dice che anche se mia madre si dimenticasse di me, lui invece non mi dimenticherà mai (cfr. Is 49,15).

## Chi sono io?

**7** Abbiamo già fatto il primo passo: **SONO FIGLIO DI DIO.**

Ma è **LUI** che mi conosce più di quanto io non conosca me stesso e mi dà la risposta su come sono fatto.

Così recita il Salmo: "...le riconosce pienamente l'anima mia, non ti erano nascoste le mie ossa..." (Sal 139,14-15).

E la Genesici dice anche: "il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita ..." (Gen 2, 7).

Rileggi queste due citazioni e pensa a te, alla tua anima e alle tue ossa, come dice il Salmo.

Pensa che Dio ti ha plasmato dalla polvere, e ti ha soffiato il suo alito.

Come sei fatto?



# 1 IO -PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

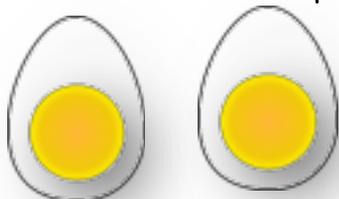
Questa domanda è molto semplice:

Puoi scrivere ciò che vedi nel disegno?



\_\_\_\_\_

Siccome non puoi toccarlo, ti diciamo che effettivamente si tratta di un UOVO SODO. Se lo apri, cosa troverai all'interno?



\_\_\_\_\_

L'uovo è la chiara?  
O l'uovo è il tuorlo?

L'uovo è formato di CHIARA e di TUORLO.

Con questo esempio così semplice è facile comprendere come sono fatto. Di quale materia? Di corpo e di anima, come un'UNITA', come l'uovo... chiara e tuorlo.

Puoi dipingergli occhi, bocca, naso, orecchie, ecc.  
Ah! ....e il guscio ... immagina !!....Cosa può essere...?



Fatte salve le differenze, anche IO, PERSONA, sono formato di CORPO e ANIMA.

Dio mi ha plasmato dalla polvere, dalla terra e mi ha dato un CORPO, le "mie ossa". Mi ha soffiato il suo alito, il suo spirito e mi ha dato l'ANIMA.

Corpo e anima formano un tutto. La persona umana, creata a immagine di Dio, è un essere insieme corporeo e spirituale. L'anima dà vita al corpo. Anima significa il principio spirituale nell'uomo. È ciò che vi è di più intimo in me. E Dio mi ama nella mia totalità, in corpo e anima.

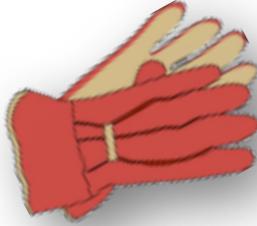
# 1 IO -PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

9 Una nuova immagine e la stessa domanda: Cos'è questo?

Quante parti ha?



e...a che serve?...

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Colloca la palma della tua mano sul foglio e disegname il contorno.

# 1 IO-PERSONA

1

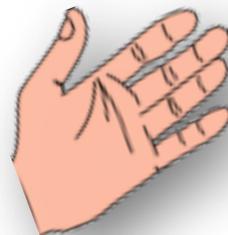
## Chi sono io? Mi conosco?

Effettivamente il guanto ha cinque parti in cui si inseriscono le cinque dita di una mano e serve per coprire la mano.

**Anche TU, come PERSONA, hai cinque dimensioni, che ti CONFIGURANO.**

Ciascuna dimensioni è come un dito del guanto che ha la forma della mano. Un solo dito non è la mano. Se si rompe un dito di un guanto, questo non serve più per la mano.

Lo stesso è per le dimensioni della persona. Tutte sono importanti e necessarie.




---

### DIMENSIONE FISICA \_\_\_\_\_ IL CORPO

---

La nostra struttura come persone è completamente condizionata dal nostro corpo. È la dimensione visibile della persona. Sviluppo di capacità motorie e dei sensi, che sono essenziali per lo sviluppo degli altri ambiti.

---

### DIMENSIONE AFFETTIVA \_\_\_\_\_ IL CUORE E GLI AFFETTI

---

È la dimensione più soggettiva della persona. Corrisponde al riconoscimento e alla gestione delle nostre emozioni e sentimenti, dei nostri affetti.

---

### DIMENSIONE INTELLETTIVA \_\_\_\_\_ LA RAGIONE E LA VOLONTA'

---

Si riferisce ai valori non già corporei o affettivi della persona, bensì implica anche una conoscenza della dignità umana. Sviluppiamo i modi di pensare e di apprendere, che ci aiutano a comprendere meglio il mondo che ci circonda.

---

### DIMENSIONE SOCIALE \_\_\_\_\_ LA RELAZIONE

---

Noi esseri umani viviamo in contatto con ciò che ci circonda, giacché siamo parte di un ambiente che ci arricchisce. Questo ambiente è costituito, oltre che dalla natura, dai nostri amici, dai nostri familiari e dalla società in generale. Gli esseri umani non possono vivere isolati, poiché in queste condizioni si ammalerebbero.

---

### DIMENSIONE SPIRITUALE \_\_\_\_\_ LA LIBERTA' E LA MORALE

---

È l'orientamento, il futuro e il senso che diamo ai nostri atti e al nostro essere, e attraverso cui possiamo dare un senso e stabilire una missione per la nostra vita.



# 1 IO-PERSONA

1

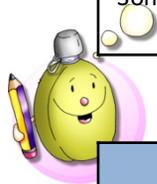
Chi sono io? Mi conosco?

10 Soffermati a pensare a te stesso e fai un'analisi per conoscerti meglio.

CORPOREA			
Età:			
Sesso:	Uomo	Donna	
Altezza:		Peso:	
Fisicamente SONO....			
Guardandomi potrebbero pensare che.....			

AFFETTIVA
Di solito sono molto triste quando...
Sono contento/allegro quando...
Sono nervoso quando.....

Disegna te stesso



INTELLETTIVA
Studio perché...
Mi sforzo di ottenere...
Sto capendo il senso della mia persona...

SOCIALE
Quando sto con la mia famiglia.....
Quando sto con i miei amici...
In classe mi mostro...

SPIRITUALE
Ciò che desidero nella vita è...
Credo di essere più felice quando...
Per prendermi cura della mia vita interiore di solito...

# 1 IO-PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

**11** Ti ricordi della sagoma della mano che hai disegnato? Ora ti invitiamo a collocare in ciascun dito una delle dimensioni che abbiamo visto. Raffigurane ciascuna con un disegno.



**12** Per comprendere meglio ciascuna dimensione della persona, mostriamo due situazioni quotidiane. Analizzare in gruppo ciascuna situazione e indicare la frase in cui viene messa in gioco ciascuna dimensione.

Sono le 8 della sera e stai guardando la televisione dopo una giornata faticosa. Tua madre ti chiede se hai fatto i compiti. Non rispondi, ma lei sa che non li hai terminati. Spegne la televisione e tu ti arrabbi. Ella si allontana con il telecomando. Dopo un po' ti alzi e vai a continuare i compiti. Quando li finisci lo dici a tua madre ed ella sorride.



FISICA		
AFFETTIVA		
INTELLETTIVA		
SOCIALE		
TRASCENDENTALE		



In classe iniziano a dettare le domande dell'esame. Non hai studiato molto bene e sei nervoso: ti sudano le mani, il cuore batte forte ... Hai la mente vuota e cominci a muoverti sulla sedia. Sei nervoso, inquieto, agitato, triste... Respiri profondamente con gli occhi chiusi, cerchi di calmarti. Preghi quello che ti viene in mente e decidi di studiare di più per la prossima volta.

# 1 IO-PERSONA

1

Chi sono io? Mi conosco?

FISICA	
AFFETTIVA	
INTELLETTIVA	
SOCIALE	
TRASCENDENTALE	



**13** Collega le seguenti espressioni a ciascuna dimensione

- |                        |                |
|------------------------|----------------|
| Ti ammiro...           | FISICA         |
| Voglio stare con te... | AFFETTIVA      |
| Voglio il tuo bene...  | INTELLETTIVA   |
| Mi manchi...           | SOCIALE        |
| Ti amo...              | TRASCENDENTALE |

È stato difficile? Qualche espressione potrebbe adattarsi alle varie dimensioni?

---



---



La persona in anima e corpo è un TUTTO, e anche i suoi vari ambiti formano un tutto.

Ciò che è specifico e unico nella persona è la capacità di AMARE. Il desiderio di amare e di essere amato è iscritto nel corpo e nell'anima, come pure negli affetti, nell'intelligenza, nella volontà, nella relazione con gli altri.

Restano ancora due domande a cui rispondere, ma questo lavoro lo lasciamo a te. Speriamo che lo scoprirete durante questo corso.

Per chi sono?

Dove vado?