opusdei.org

# Llibre electrònic: «Ser qui ets. Com construir una personalitat feliç»

Un grup de metges, filòsofs, sacerdots i educadors aborden els trets d'un caràcter madur. El llibre està pensat de manera particular per als que travessen moments crucials del desenvolupament de la personalitat, per trobar-se entre els 15 i 30 anys (adolescents i adults joves), i per als qui d'una manera o altra estan implicats en la seva formació.

17/08/2024

ePub ► Ser qui ets

PDF ► Ser qui ets

---

**ÍNDEX**

Autors i presentació

1. Una personalitat que s'identifiqui amb Crist
2. Protagonistes de la nostra vida
3. El recte amor de si mateix
4. Formar el caràcter en la virtut
5. Coherència: edificar l'ordre interior
6. Una vida en diàleg amb els altres
7. Empatia: sentir amb els altres
8. Créixer: un projecte en família
9. Els detalls de la llar

10. Els altres i jo: versos del mateix poema
11. Assolir la identitat

Epíleg

Bibliografia recomanada

---

## Presentació de «Ser qui ets»: com construir una personalitat feliç

Narra la història que els pirates que assolaven el Mediterrani en temps de l'imperi romà eren durament reprimits. Pompeu Magne va ser l'encarregat d'acabar amb ells, però els va tractar amb humanitat. La lloança que aquells bandits li dirigien en to adulador, i certament interessat, era: «mentre més actues com a home, més t'assembles als déus». Amb la distància de segles ens

ajuden aquestes paraules a pensar en la nostra existència: el primer per forjar un bon caràcter és actuar com a éssers humans. Només sobre aquesta base pot sorgir una personalitat madura. Sobre els fonaments d'un caràcter fort i amable, és possible construir una rica vida espiritual de la qual moltes altres persones se'n beneficiaran.

Aquest llibre sorgeix d'un grup interdisciplinari, per tal de donar idees per a la formació de la personalitat[1]. Entre els autors, destaca la varietat d'interessos i camps d'estudi, que enriqueixen el contingut. Teòlegs, filòsofs, sacerdots, metges, educadors, psicòlegs... aporten el que és propi de la seva ciència i experiència. S'aborden els trets de caràcter madur, privilegiant els aspectes de vida interior i sentit comú cristià. Encara que les situacions descrites i les explicacions abasten circumstàncies molt

variades, els textos estan pensats de manera particular per als que travessen moments crucials del desenvolupament de la personalitat, per trobar-se entre els 15 i 30 anys (adolescents i adults joves), i per als qui d'una manera o altra estan implicats en la seva formació.

Des del desenvolupament d'una llavor en tiges, fulles i fruits, fins al moviment dels astres i la disposició de les galàxies, tot a l'univers segueix unes regles precises. També sorprèn l'extraordinària similitud en els processos humans a les diferents races i cultures. En enumerar els signes de maduresa de la personalitat, observem que bé es podien mostrar amb un ordre alfabètic. Aquest va ser l'ordre que vam escollir per a l'estructura del llibre que vam presentar.

El primer text, introductori, explica què és la personalitat, què s'entén

per maduresa i temperament. Es presenten alguns trets positius, amb referència a Crist com a model i per força transformadora de la gràcia en el temps. Ens recolzem en el convenciment que la maduresa no és «només el desenvolupament d'alguna cosa ja continguda en el codi genètic»; i que «la prudència, el bon judici i el seny no depenen de factors merament quantitatius de creixement, sinó de tota una cadena d'elements que se sintetitzen a l'interior de la persona; per ser més exactes, al centre de la seva llibertat»[2].

Segueix una seqüència lògica d'articles que aborden altres signes de maduresa, reflectits amb les primeres lletres de l'abecedari. Autonomia i sana dependència que ens fan sentir lliures i responsables, amb una missió o projecte, conscients que moltes coses grans depenen de nosaltres. Autoestima

dels qui se saben fills de Déu, toleren els petits o grans fracassos, gestionen els èxits i confien. Bondat de vida de l'home que es guia pels ideals i els valors, amb l'exercici de la virtut, sense perfeccionisme. Coherència i unitat de vida, segons el projecte personal. Diàleg o mantenir relacions cordials amb tothom, sortint d'un mateix, sense limitar-se a cercar l'equilibri del jo. Empatia o capacitat d'estar en sintonia amb els altres, comprendre'ls, compadir-se'n, fer amable la veritat. Pertinença a una família, amb esperit de cooperació i sacrifici, en què hi ha dedicació dels uns pels altres i s'aprèn un estil propi. Integració a un grup que ens porta a servir els altres i ser acollidors.

L'últim apartat és com una síntesi: la identitat, saber qui som, conèixer el projecte de la pròpia vida i intentar identificar-s'hi, que és present al principi, durant i al final del procés

de la maduresa. Dona pas al descobriment que el designi de Déu per a la dona i l'home van més enllà del que és humà. La maduresa cristiana es pot resumir també alfabèticament: Estimar el bé en Crist. El projecte es converteix en una lluita serena per estimar tothom, per ser qui un realment és..., imprescindible per ser sants: això és l'autèntic amor, perquè «Alguns cops es parla de l'amor com si fos un impuls envers la satisfacció pròpia, o bé un mer recurs per completar egoistament la pròpia personalitat. I no és així: amor veritable és sortir de si mateix, és donar-se»[3].

Deixem en mans dels lectors aquestes línies, amb l'esperança que siguin un bon instrument per conèixer-se millor i ajudar amb més eficàcia els altres. Cada nota de maduresa es pot convertir en una pregunta d'examen: vaig madurant? Agraeixo als autors l'important

esforç reflexiu i de síntesi, així com tothom qui ha llegit el manuscrit i hi ha contribuït amb els seus suggeriments. Carles Ayxelà i Rodolfo Valdés han tingut un paper important en la revisió dels textos per donar-los més unitat. Molts, com Enrique Prada, han fet arribar les seves aportacions. Un agraïment especial al sacerdot i teòleg Javier Yániz, per la tasca d'impuls i coordinació.

***Wenceslau Vial***

---

[1] Les contribucions van aparèixer a www.opusdei.org. Van aconseguir una àmplia acceptació i es presenten ara enriquides.

[2] Francesc, *Ex. Ap. Amoris Laetitia*, 19-III-2016, núm. 262.

[3] Josepmaria Escrivà de Balaguer, *És Crist que passa*, núm. 43.

pdf | document generat automàticament des de https://opusdei.org/ca-es/article/ser-qui-ets-com-construir-una-personalitat-felic/ (01/06/2025)