

# **Formació de la personalitat (III): El recte amor de si mateix**

Nou text de la sèrie centrada en la formació de la personalitat. En aquesta ocasió, es reflexiona sobre el coneixement d'un mateix, amb virtuts i defectes, necessari per ser feliç.

11/11/2019

«Sabeu que heu estat alliberats (...) no amb res de corruptible, com la plata o l'or, sinó amb la sang preciosa

de Crist.» [1] Sant Pere recorda als primers cristians que la seva existència té un valor incommensurable, ja que han estat objecte de l'abundant amor del Senyor, que els ha redimit. Crist, amb el do de la filiació divina, omple de seguretat els nostres passos pel món. Així ho manifestava amb espontaneïtat a sant Josepmaria un noi: *«Pare —em deia aquell xicotot (què en deu haver estat, d'ell?), bon estudiant de la Central—, pensava en el que vostè em va dir, que soc fill de Déu!, i em vaig sorprendre pel carrer, tibant el cos i superb per dins, fill de Déu!»* Li vaig aconsellar, amb la consciència segura, fomentar la *«supèrbia»*. [2]

**Conèixer la grandesa de la nostra condició**

Com es pot entendre aquest **«fomentar la supèrbia»**? Certament,

no es tracta d'imaginar virtuts que un no té, ni de viure amb un sentit d'autosuficiència que tard o d'hora t'acaba traint. Consisteix més aviat a conèixer la grandesa de la nostra condició: l'ésser humà és l'«única criatura terrestre a la qual Déu ha estimat per ell mateix»; [3] creat a imatge i semblança seva, està cridat a portar fins a la plenitud aquesta imatge en identificar-se cada vegada més amb Crist per l'acció de la gràcia.

Aquesta vocació sublim funda el recte amor de si mateix, que està present en la fe cristiana. En vista d'aquesta fe, podem jutjar els nostres èxits i fracassos. L'acceptació serena de la pròpia identitat condiona la nostra manera d'actuar i d'estar en el món. A més, contribueix a la confiança personal, que fa disminuir les pors, les precipitacions i els retraïments i facilita l'obertura als

altres i a les noves situacions i fomenta l'optimisme i l'alegria.

La idea positiva o negativa que tenim de nosaltres depèn del coneixement propi i del compliment de les metes que cadascú es proposa. Aquestes parteixen, en bona mesura, dels models d'home o dona que desitgem assolir i que se'ns presenten de maneres molt diverses, per exemple, a través de l'educació rebuda a casa, els comentaris d'amics o coneguts, les idees predominants en una societat determinada. Per això és important definir quins són els nostres punts de referència, ja que, si són alts i nobles, contribuiran a una autoestima adequada. I convé identificar quins són els models que circulen en la nostra cultura perquè, més o menys conscientment, influeixen en com ens valorem.

**Preguntar-se pels models**

A vegades passa que formulem un judici distorsionat sobre nosaltres perquè admetem uns criteris d'èxit que, de fet, poden ser poc realistes i fins i tot nocius: l'eficàcia professional a qualsevol preu, les relacions afectives egocèntriques, els estils de vida marcats per l'hedonisme. Ens podem sobrevalorar després d'alguns èxits que ens semblen reconeguts pels altres; també ens pot passar el contrari: infravalorar-nos quan no assolim determinats objectius o no sentir-nos considerats en certs ambients. Aquestes valoracions equivocades són, en gran part, la conseqüència de mirar massa els qui qualifiquen la trajectòria personal exclusivament en funció del que s'aconsegueix, es té o es posseeix.

Per evitar els riscos anteriors, val la pena preguntar-se quins són els nostres punts de referència en la vida professional, familiar, social i si

són compatibles amb una perspectiva cristiana de l'existència. A més, sabem que en darrer terme el model més perfecte, complet i plenament coherent és Jesucrist. Veure la nostra vida a la llum de la seva és la millor manera de valorar-nos, ja que sabem que Jesús és un exemple proper, amb el qual tenim una relació personal —d'un jo amb un Tu— a través de l'amor.

## **Autoconeixement: amb la llum de Déu**

Per jutjar-se partint de la veritat, és imprescindible conèixer-se. Aquesta tasca és complexa i requereix un aprenentatge que, en un cert sentit, no s'acaba mai. Comença per superar una perspectiva exclusivament subjectiva —«segons jo», «segons la meva opinió», «a mi em sembla»...— per considerar altres opinions. Si ni tan sols sabem exactament com és la nostra veu o la nostra aparença

física, i hem de recórrer a eines com un enregistrament o un mirall, quan admetrem que no som els millors jutges per valorar la nostra pròpia personalitat?

A més de la reflexió personal, conèixer-se a un mateix és fruit del que ens ensenyen els altres sobre nosaltres. Això s'aconsegueix quan sabem obrir-nos als qui ens poden ajudar —quin gran recurs tenim en la direcció espiritual personal!—, i admetem les seves opinions i les considerem en relació amb un bon ideal de vida. En aquest àmbit també influeixen la interacció amb els qui ens envolten, les modes i els costums de la societat. Un entorn que promou la reflexió afavoreix el desenvolupament dels recursos d'introspecció; mentre que un ambient amb estil de vida superficial, limita aquest desenvolupament.

Convé, per tant, fomentar hàbits de reflexió i preguntar-nos com ens veu Déu. L'oració és el temps oportú, ja que al mateix temps que coneixem el Senyor ens coneixem a nosaltres mateixos amb la seva llum. Entre d'altres coses, buscarem comprendre els comentaris i consells que podem rebre dels altres. En algun cas ens sabrem distanciar dels judicis d'altres persones quan notem que els fan sobre fonaments poc objectius, o potser d'una manera poc reflexiva, i sobretot si jutgen segons uns criteris que no són compatibles amb la voluntat de Déu. Cal saber triar a qui prestar més atenció, ja que, tal com diu l'Escriptura: «Val més escoltar la reprensió d'un savi que sentir els afalacs dels necis.» [4]

D'altra banda, com que en part tots som responsables de l'autoestima dels que ens envolten, ens hem d'esforçar perquè en les nostres paraules s'hi reflecteixi la

consideració per cada un, que és fill de Déu. Especialment si tenim una posició d'autoritat o de guia (en la relació pare-fill, professor-alumne, etc.) els consells i les indicacions contribuiran a reafirmar en els altres la convicció del propi valer, fins i tot quan és necessari corregir amb claredat. Aquest és el punt de partida, l'oxigen perquè la persona creixi respirant per si mateixa, amb esperança.

### **Acceptació personal: així ens estima el Senyor**

En considerar la mateixa manera de ser a la llum de Déu, estem en condicions d'acceptar-nos com som: amb talents i virtuts, però també amb defectes que admetem humilment. La veritable autoestima implica reconèixer que no tots som iguals i acceptar que altres persones poden ser més intel·ligents, tocar millor un instrument musical, ser

més atlètics... Tots tenim bones qualitats que podem desenvolupar i, més important encara, tots som fills de Déu. En això consisteix l'autoacceptació genuïna, el sentit positiu de l'amor propi del cristià que vol servir a Déu i als altres, i rebutja les comparacions excessives que podrien conduir-lo a la tristesa.

En darrer terme, ens acceptarem tal com som, si no perdem de vista que Déu ens estima amb els nostres límits, que formen part del nostre camí de santificació i són la matèria de la nostra lluita. El Senyor ens escull, com als primers Dotze: ***Homes corrents, amb defectes, amb debilitats, amb la paraula més llarga que les obres. I, tanmateix, Jesús els crida per fer-los pescadors d'homes (cf. Mt 4, 19), corredemptors, administradors de la gràcia de Déu. [5]***

**Davant l'èxit i els fracassos**

Des d'aquest plantejament sobrenatural, es contemplen amb més profunditat la nostra manera de ser i la nostra trajectòria biogràfica, entenent-la el seu ple sentit. Amb una visió d'eternitat, es relativitzen els esdeveniments i els èxits temporals. Així, si ens alegrem amb l'èxit en la nostra activitat, també sabem que el més important és que aquest hagi servit per créixer en santedat. És el realisme cristià, la maduresa humana i sobrenatural, que de la mateixa manera que no es deixa emportar per l'exaltació que pot provocar el triomf o la lloança, tampoc no s'arrossega pel pessimisme davant la derrota. Quant ajuda dir, amb sant Pere, que les coses bones les hem fet «en el nom de Jesucrist Natzarè»! [6]

Alhora, admetre que les dificultats externes i les mateixes imperfeccions limiten els nostres èxits és un dels aspectes que dona forma a

l'autoestima, fonamenta la maduresa personal i obre les portes de l'aprenentatge. Només podem aprendre des del reconeixement de les nostres carències i amb l'actitud d'extreure experiències positives del que ha passat: **«Has fracassat! - Nosaltres no fracassem mai. - Vas posar tota la teva confiança en Déu. - No vas perdonar, després, cap mitjà humà. Convenç-te d'aquesta veritat: l'èxit teu — ara i en això — era fracassar. - Dona gràcies al Senyor i a començar de nou!»**. [7] S'està en condicions d'emprendre el camí de la Creu, que mostra les paradoxes de la fortalesa de la debilitat, la grandesa de la misèria i el creixement en la humiliació, i n'ensenya la seva extraordinària eficàcia.

**Obrar amb seguretat i saber  
rectificar**

La seguretat personal és més ferma quan es basa en el saber-se fills estimats de Déu, i no en la certesa d'aconseguir l'èxit, que tantes vegades se'ns escapa. Aquesta convicció permet tolerar el risc que acompanya qualsevol decisió, superar la paràlisi de la inseguretat i guardar una actitud de raonable obertura cap a les coses noves. **«No és prudent qui no s'equivoca mai, sinó qui sap rectificar els seus errors. És prudent perquè prefereix no encertar vint vegades, abans que deixar-se portar per un còmode abstencionisme. No obra amb una precipitació esbojarrada o amb una temeritat absurda, però assumeix el risc de les seves decisions, i no renuncia a aconseguir el bé per por de no encertar.»** [8]

Partint de les limitacions personals i de la capacitat d'aprendre de l'ésser humà, rectificar suposa una millora,

un enriquiment personal que, al seu torn, reverteix en el que ens envolta i en els qui ens envolten, contribuint simultàniament a incrementar la confiança en un mateix i en l'entorn. Qui es posa a les mans del Pare celestial està segur, ja que «Déu ho disposa tot en bé dels qui l'estimen», [9] fins i tot les caigudes quan demanem perdó al Senyor i, amb la seva gràcia, ens aixequem havent crescut en humilitat. D'aquesta manera, saber rectificar forma part del procés de conversió: «Si afirmàvem que no tenim pecat, ens enganyaríem a nosaltres mateixos, i la veritat no estaria en nosaltres. Però si reconeixem els nostres pecats, ell, que és fidel i just, ens els perdonarà i ens purificarà de tot mal.» [10]

## **Una virtut indispensable**

L'autoestima creix, en definitiva, a l'empara de la humilitat, «**perquè**

**aquesta és la virtut que ens ajuda a conèixer, simultàniament, la nostra misèria i la nostra grandesa».** [11] Si aquesta actitud de l'ànima falta, no és estrany que vinguin problemes d'estima personal. Però quan es conrea, la persona s'omple de realisme, i es valora amb encert: no som homes ni dones impecables, però tampoc éssers corromputs! Som fills de Déu, i sobre les nostres limitacions s'hi assenta una dignitat insospitada.

La humilitat genera l'ambient interior que permet conèixer-nos com som i ens impulsa a buscar sincerament el suport dels altres, al mateix temps que els donem el nostre. En última instància, tots i cadascú de nosaltres necessitem Déu, en el qual «vivim, ens movem i som», [12] que és Pare misericordiós i vetlla contínuament per nosaltres. Quanta seguretat i confiança hi va haver en la vida de santa Maria! Si pot dir que

el «Totpoderós obra en mi meravelles: el seu nom és sant» [13] és perquè viu molt conscient de «la humilitat de la seva esclava». [14] En Ella, humilitat i consciència de la grandesa de la mateixa vocació es conjuguen meravellosament.

*J. Cabanyes*

---

[1] *1 Pe* 1, 18-19.

[2] *Camí*, núm. 274.

[3] Concili Vaticà II, Const. dogm. *Gaudium et spes*, núm. 24.

[4] *Coh* 7, 5.

[5] *És Crist que passa*, núm. 2.

[6] *Ac* 3, 6.

[7] *Camí*, núm. 404.

[8] *Amics de Déu*, núm. 88.

[9] *Rm* 8, 28.

[10] *1 Jn* 1, 8.

[11] *Amics de Déu*, núm. 94.

[12] *Ac* 17, 28.

[13] *Lc* 1, 49.

[14] *Lc* 1, 48.

.....

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca/article/el-recte-amor-de-  
si-mateix/](https://opusdei.org/ca/article/el-recte-amor-de-si-mateix/) (03/04/2026)