

## EL CONOCERSE A SÍ MISMO

-

### IMPORTANCIA DE CONOCERSE A SÍ MISMO EN CUANTO A LAS DIVERSAS ÁREAS QUE CONFORMAN EL SER HUMANO



Para iniciar el análisis de este tema tan interesante relaciono una frase de Jim Carth Cart **“Para que uno pueda crecer, primero tiene que conocerse”** y **Sócrates** que sabiamente dijo: **“Conócete a sí mismo”**

#### **Qué importancia práctica tiene para mi vida el conocerme?**

Muchísima. Lo primero para poder mejorar tu vida es conocerte a ti mismo. Por ejemplo, saber cuáles son tus puntos débiles te servirá para poder mejorarlos y saber cuáles son tus puntos fuertes para sacarles mayor provecho.

Presento una reflexión sobre la importancia del conocimiento de sí mismo aplicable en las diferentes áreas que conforman el ser humano en un todo, como ser integral:

*Dios, nuestro Creador y Hacedor nos ha dicho: “Yo te ordeno que busques incansablemente en tu Ser, la Verdad que te liberará de toda adicción y esclavitud. Y entonces reconocerás que eres semejante a Mí y que he estado presente en tu vida siempre, y lo estaré por toda la eternidad. Aprende a ejercer bien la libertad que te fue dada y se tu propia ruta, para que se haga mi voluntad en ti de paz Interior, felicidad total, amor perfecto, seguridad perfecta, salud total, abundancia de bienes espirituales, mentales, materiales y vida eterna”*

Por lo tanto, debemos hacer vivencial nuestra naturaleza espiritual porque si esta parte de nosotros está bien, nuestra vida marchará correctamente llevándonos a tener **respeto por sí mismos y por los demás.**

El conocimiento, y crecimiento espiritual teniendo dentro de nosotros el temor a Dios y el agrado de seguir sus lineamientos, debe ser nuestro eje de acción. Fundamentándonos en valores como la verdad, la justicia, la unidad, la libertad, la paz, la armonía de vida, **triunfaremos en la vida, estaremos felices y tranquilos.**

Debemos descubrir qué talentos y posibilidades se tienen para aplicarlos en el trabajo, en el hogar, en la sociedad, en la vida. La gente que llega a la cima de una empresa y se queda ahí durante un largo periodo de tiempo es gente que tiene conciencia de sus cualidades y también de sus defectos; saben en qué situaciones serán excelentes y en qué situaciones bajarán su capacidad de desempeño.

Drucker famoso orientador del campo laboral dice: "conozcan su fuerza" sepan para qué son buenos, así pueden tomar mejores decisiones.

El conocerse en las distintas áreas del ser humano nos hace **Autoconscientes** y la gente autoconsciente **escucha mejor, hacen menos juicios negativos, aceptan mejor a los demás, son mejores valorando riesgos, se recuperan pronto de las decepciones** porque no toman las cosas como algo personal; no dicen soy un fracaso, sino...fallé en tal aspecto y pueden corregir la situación, **produce un trabajo de mejor calidad** y se ausenta menos de la oficina, **maneja mejor es stress, tienen pocos problemas interpersonales, su aspecto físico y de salud siempre se conservará** y dará paso a un **estado emocional estable** y llevará con **beneplácito las relaciones intrafamiliares**

La esencia de **la inteligencia es la habilidad para hacer distinciones**, para ver la diferencia entre una situación y otra. Mientras más se observe, más se sabe. Mientras más sepamos de nosotros mismos, mejor será nuestro estilo de vida, mayores serán los elementos para canalizar las ventajas y desventajas de nuestros antecedentes ya que la huella que dejo en nosotros el pasado la podemos trabajar, primero que todo identificarla y luego haciendo algo cada día para añadir un aspecto positivo a nuestra experiencia. Si lo pensamos bien, para mañana este día es nuestro pasado.

La gente que se conoce bien **hace más y mejores cosas** en este mundo que aquella que no se conoce a sí misma.

Si yo entiendo mis valores prioritarios y también los del otro, entenderé por qué nos conectamos o no, en nuestras relaciones, sociales, sentimentales, laborales y familiares.

Mientras mejor nos entendemos, mejor entenderemos a los otros. Mientras mejor entendemos a otros, mejores decisiones en todos los ámbitos.