



# PROYECTO PERSONAL

SOÑANDO UNA VIDA MEJOR

# BIBLIA: JER 1, 5-10

El Señor me dirigió la palabra:

- Antes de formarte en el vientre, te elegí; antes de que salieras del seno materno, te consagré: te constituí profeta de las naciones.

Yo repuse:

- ¡Ay, Señor, Dios mío! Mira que no sé hablar, que solo soy un niño.

El Señor me contestó:

- No digas que eres un niño, pues irás adonde yo te envíe y dirás lo que yo te ordene. 8No les tengas miedo, que yo estoy contigo para librarte - oráculo del Señor-.

El Señor extendió la mano, tocó mi boca y me dijo:

- Voy a poner mis palabras en tu boca. Desde hoy te doy poder sobre pueblos y reinos para arrancar y arrasar, para destruir y demoler, para reedificar y plantar.



# MI PROYECTO PERSONAL DE VIDA



NOMBRE:

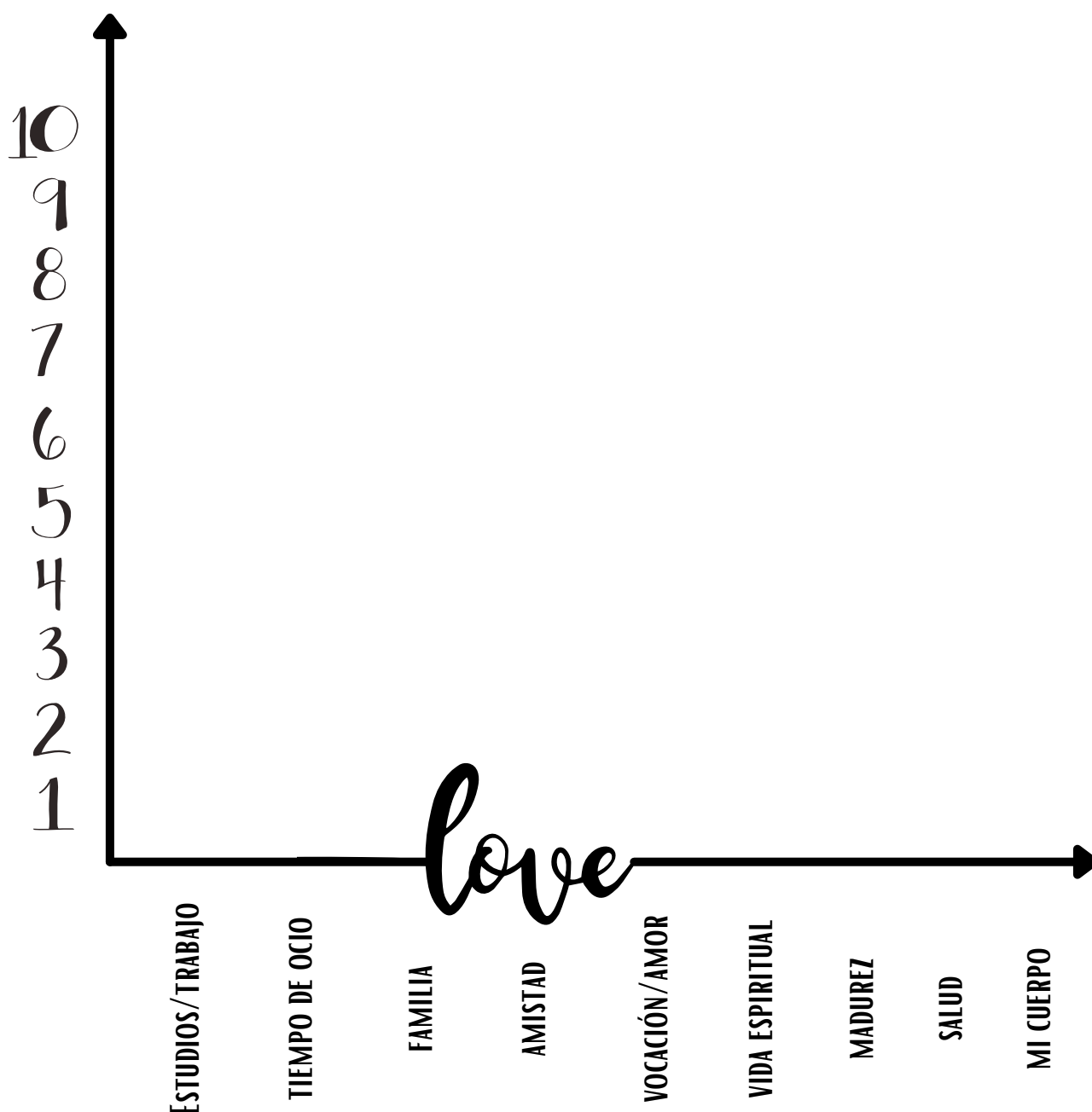
UNA LEMA PARA MI VIDA:

UN SENTIMIENTO:

UNA CANCIÓN:

# CARDIOGRAMA DE MI VIDA

Para empezar a pensar en nuestra propia vida conviene realizar inicialmente una valoración general de la misma. Tomar el pulso a nuestra existencia supone el comienzo de una experiencia de vivir en paz y en verdad. Te invito a que crees tu propio electrocardiograma vital y puntúes del 1 al 10 diferentes ámbitos de tu vida. Une los distintos puntos y visualiza cómo es tu vida. Para reflexionar bien puedes ayudarte de las preguntas de la siguiente página.



# TOMANDO EL PULSO DE MI VIDA

## **ESTUDIO-TRABAJO**

¿Qué estudios o trabajo estoy realizando? ¿Con qué actitud lo vivo? ¿Doy un sentido a aquello que hago?

## **TIEMPO DE OCIO**

¿Qué hago para divertirme y salir de la rutina? ¿Disfruto de la vida?

## **FAMILIA**

¿Cómo me enfrento a las relaciones en mi familia? ¿Me siento querido/a? ¿Qué hago para que el ambiente sea más positivo?

## **AMISTAD**

¿Quiénes son mis amigos? ¿Siento que tengo verdaderas amistades? ¿Me encuentro bien con ellos? ¿En qué persona confío?

## **VOCACIÓN/AMOR**

¿Hacia dónde quiero dirigir mi vida? ¿Cuál es el proyecto de Dios para mi: pareja, vida religiosa, sacerdotal...? ¿Cómo vivo el amor hacia mi pareja, amigos, familia...?

## **VIDA ESPIRITUAL**

¿Cómo es mi vida de fe? ¿Se refleja mi vivencia espiritual de oración?

## **MADUREZ**

¿Me considero una persona suficientemente madura?

## **SALUD-CUERPO**

¿Cómo estoy a nivel físico? ¿Estoy a gusto con mi cuerpo?

# COMPARTIENDO MI VIDA

Para finalizar este trabajo introspectivo te invito a que puedas compartir con los demás del grupo (puede ser también en binas) tu cardiograma. Puedes hacerlo a través de las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles han sido los ámbitos de tu vida en los que has sacado mayor puntuación? ¿Por qué crees que es así?
- ¿Hay algún ámbito en el que consideras que deber mejorar bastante? ¿Cuáles son los motivos que te llevan a tener baja puntuación en ese ámbito?

**ESCRIBE LO QUE QUIERES COMPARTIR...**



# HACIENDO MI PROYECTO PERSONAL DE VIDA

Una vez que hemos reflexionado de manera global sobre nuestra vida debemos profundizar más y proyectarla al presente más próximo y al futuro cercano. La vida está compuesta de muchos ámbitos y dimensiones, aunque lo intentaremos resumir en cuatro:

- 1 DIMENSIÓN HUMANA.**
- 2 DIMENSIÓN ESPIRITUAL.**
- 3 DIMENSIÓN VOCACIONAL.**
- 4 DIMENSIÓN INTELECTUAL.**

Cada una de estas dimensiones, que veremos de manera pormenorizada a continuación, tendremos que buscar diferentes áreas dentro de cada dimensión e ir proponiendo de manera concreta los objetivos que queremos conseguir en cada una de ellas y las líneas de acción con las que queremos proponernos conseguirlos.

El proyecto no es...	El proyecto es...
<ul style="list-style-type: none"><li>• Un trabajo organizado por otros.</li><li>• Un documento inamovible y olvidado.</li><li>• Algo fuera de la realidad e inalcanzable.</li><li>• La meta que quiero alcanzar al final.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un trabajo personal y propio.</li><li>• Un documento que puedo cambiar y adaptar a mi vida.</li><li>• Un proceso que ayuda a crecer con la gracia de Dios.</li><li>• Apoyo de un proceso interno con aciertos y desaciertos.</li></ul>



# LA DIMENSIONES DE LA VIDA

<b>HUMANA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ ¿Quién y cómo soy?</li><li>■ ¿Cómo me encuentro de salud física y afectiva?</li><li>■ ¿Cómo me relaciono con los demás: familia, amigos...?</li><li>■ ¿Cuáles son los retos que quiero afrontar?</li></ul>
<b>ESPIRITUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ ¿Cuál es el sentido de mi vida?</li><li>■ ¿Cómo es mi fe y relación con Dios?</li><li>■ ¿Cuál es mi vivencia de los sacramentos?</li><li>■ ¿Cuándo y cómo rezo en mi vida cotidiana?</li></ul>
<b>VOCACIONAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ ¿Hacia dónde dirijo mi propia vida?</li><li>■ ¿Cuál es mi proyecto de futuro?</li><li>■ ¿Cómo me implico por los demás?</li><li>■ ¿Cuáles son los retos que quiero afrontar?</li></ul>
<b>INTELLECTUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ ¿Cómo desarrollo mi conocimiento del mundo?</li><li>■ ¿Qué hago para formarme?</li><li>■ ¿Qué tiempo dedico a conocer la fe?</li><li>■ ¿En qué cosas me gustaría profundizar o aprender?</li></ul>





# MI PROYECTO PERSONAL DE VIDA

## DIMENSIÓN HUMANA

ÁREA	OBJETIVOS	LÍNEAS DE ACCIÓN

## DIMENSIÓN ESPIRITUAL

ÁREA	OBJETIVOS	LÍNEAS DE ACCIÓN

## **DIMENSIÓN VOCACIONAL**

<b>ÁREA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>LÍNEAS DE ACCIÓN</b>

## **DIMENSIÓN INTELECTUAL**

<b>ÁREA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>LÍNEAS DE ACCIÓN</b>

[WWW.CULTURAYFE.ES](http://WWW.CULTURAYFE.ES)