



# PROYECTO PERSONAL DE VIDA



agustinos  
recoletos

# PROYECTO PERSONAL DE VIDA



*"Señor, haz que me acuerde de ti,  
que te comprenda,  
que te ame"*  
(San Agustín, *Sobre la Trinidad* 15,28,51).



## 1. Una herramienta muy útil para proyectar la vida

El Proyecto de vida o Plan de vida es **un escrito en el cual se resume el tipo de persona en que deseas convertirte, cuáles son tus objetivos y opciones centrales** para hacer de tu existencia algo digno de ser vivida. *El Proyecto de vida* también será una hoja de ruta para caminar hacia tu “estrella norte” –los ideales– en cada ámbito de la vida, y así estar mucho *más pleno y satisfecho* con quién se es y lo que se ha alcanzado en la vida.

# ¿Cuáles serían las ventajas de elaborar el *Proyecto de vida*?

- *Genera una mejor perspectiva de quién eres y qué quieres actualmente.*
- *Te pone delante de los recursos con que cuentas en el momento presente para proyectarte hacia el futuro.*
- *Aumenta la autoconfianza, autoestima y el autoconocimiento.*
- *Fortalece el optimismo y confianza en el futuro.*
- *Permite extraer tu máximo potencial.*
- *Minimiza el riesgo de tomar malas decisiones o dar pasos con los que no te identificas al 100%.*
- *Facilita la implementación de estrategias para alcanzar tus objetivos de forma más clara y realista.*





## 2. El ser humano es autor de sí mismo...

*Un escultor contemplaba un tronco de madera noble que tenía delante y, entornando los ojos, descubrió en él, como al trasluz, una talla perfecta y luego otra y otra... en un desfile interminable. No eran seres imaginarios, no; eran reales: estaban allí dentro. Su oficio consistiría en rescatar aquellas criaturas liberándolas de su prisión de madera. Pero al tomar la gubia se sintió totalmente paralizado. Desde el corazón de aquel tronco, millones de seres levantaban los brazos clamando por su liberación: salvar a uno era abandonar a muchos, pero no elegir era excluir a todos. Y ¿cómo renunciar a salvar a aquella única criatura que le era posible? Y sintió un estremecimiento, porque intuyó de pronto que el tronco era su propia vida; las figuras ocultas, los mil posibles modos de vivirla; y que él mismo debía elegir un único destino y tallarlo con sus propias manos.*

(Ángel Sanz, *El alzar de las manos*, p. 16).

¿Qué te lleva a pensar sobre ti mismo esta breve reflexión?

### 3. Objetivo principal de esta herramienta para elaborar el Proyecto de vida

Se elabora un *Proyecto de vida* principalmente para dar cabida al *proyecto de nueva humanidad en Cristo* en el propio corazón, sea cual sea la vocación específica a la que el cristiano se sienta llamado. Cristo, hombre pleno y cabal, nos permite acercarnos a un modo nuevo de entender al ser humano y de vivir la vida como servicio y entrega. *En realidad, el misterio del hombre sólo se esclarece en el misterio del Verbo encarnado. Adán, el primer hombre, era figura del que había de venir, es decir, Cristo, el Señor. Cristo, el nuevo Adán, en la misma revelación del misterio del Padre y de su amor, manifiesta plenamente el hombre al propio hombre y le descubre la sublimidad de su vocación (Gaudium et spes, 22).* ¿Habías pensado en tu proyecto de ser persona plena a la luz del modo de ser de Jesucristo?





## 4. Inspiración agustiniana en la elaboración del Proyecto de vida

Esta herramienta del *Proyecto de vida* representa una ayuda privilegiada que facilita el anhelo que san Agustín cultivó con todo su corazón: *"Señor, haz que me acuerde de ti, que te comprenda, que te ame"* (*Sobre la Trinidad* 15,28,51). Acordarse, comprender y amar son tres pasos fundamentales de un camino que lleva a proyectar la vida nueva en Cristo. Los verbos acordarse, comprender y amar se tendrán presentes como pasos concretos en la elaboración del *Proyecto de vida*.

### 1. Señor, haz que me acuerde de Ti

*Despertar a la conciencia de sí mismos y de estar delante de una Presencia ante la cual nos jugamos el sentido de la vida, constituye la primera y fundamental actitud para emprender el camino de un Proyecto de vida. "¡Despierta, tú que duermes, levántate de la muerte, y te iluminará Cristo!" (Efesios 5,14).*

Cuando las personas de corazón inquieto "despiertan" a la vida y a la esperanza, advierten, en primer lugar, la presencia de Cristo en sus corazones y, en segundo lugar, contemplan la belleza de la vida cristiana y de los diversos caminos en los que se puede vivir la plenitud del amor. Porque está en juego el amor, no hay lugar para la apatía: *"No sean perezosos los fuertes, a quien Dios los inspira para alcanzar metas mejores. Fija la mirada en quien te guía, y no mires atrás"* (San Agustín, *Comentario al Salmo 75,16*). La aventura es maravillosa: dejarse fascinar por Cristo y experimentar estupor frente a su invitación a ser discípulo misionero de la alegría del Evangelio.

## 2. Señor, haz que te comprenda

Jesús, el Señor, interpela nuestra atención de discípulos para hacernos *comprender* lo que él quiere de nosotros, *“si alguien escucha la Palabra del Reino y no la entiende, viene el maligno y le arrebató lo sembrado en su corazón; eso es como lo sembrado junto al camino”* (Mateo 13,19). ¡Tiene que ser terrible escuchar sin entender nada, cuando precisamente se escucha para llegar a comprender! ¿A qué se puede deber la falta de comprensión de las cosas importantes de la vida? A que la escucha, en cuanto ejercicio de atención, se reduce a su mínima expresión.

La incapacidad para la escucha atentamente conlleva consigo el peligro de quedarse en el simple acto de oír sin interés, implicación personal y afectación del corazón. Como día san Agustín: *“No quieras ser vana, alma mía, ni ensordecas el oído de tu corazón [...]. Oye también tú. El mismo Verbo clama que vuelvas, porque sólo hallarás lugar de descanso imperturbable donde el amor no es abandonado, si él no nos abandona”* (San Agustín, *Las Confesiones* 4,16).

## 3. Señor, haz que te ame

El último y más importante de los momentos en la elaboración del Proyecto de vida es el *amor*. Las personas nos definimos, sobre todo, por lo que amamos. Dice san Agustín que *“no existe nadie que no ame, pero hay que preguntarse qué es lo que se ama. Por tanto, no se nos invita a no amar, sino a elegir bien lo que vamos amar”* (San Agustín, *Sermón* 34,2). Con todo, el camino de aprendizaje del verdadero amor es largo y arduo, accidentado e impredecible, desconcertante y maravilloso. El ser humano pasa poco a poco de la *tendencia ego-céntrica* a la *lógica del don*.

San Agustín tiene una expresión en su obra *La Ciudad de Dios* que resulta significativa a propósito del amor. Dice: *“Dos amores fundaron dos ciudades. El amor de sí mismo hasta el desprecio de Dios, la ciudad terrena. Y el amor a Dios hasta el desprecio de sí mismo, la ciudad de Dios”* (San Agustín, *Ciudad de Dios* 14,28). Sin afán de corregir al santo de corazón inquieto, podría reformularse su expresión añadiendo que son tres amores los que fundaron tres ciudades:

El amor *centrado en el propio interés* hasta gozar de las cosas y de las personas sin importar de nada ni de nadie, dio origen a la *ciudad sensual*. El amor a los demás por los beneficios que reporta para sí y para los suyos, generó la *ciudad sociedad*. Y el amor a Dios hasta la negación del propio interés, de modo que se pueda disponer de la propia vida para entregarla en el servicio a los demás, produjo la *civilización del amor*.



Eros, filia y ágape son las tres grandes etapas del camino del amor humano que se orienta hacia la belleza de un amor grande, el amor de Dios. Cada etapa asume la anterior, la incorpora a su dinamismo propio, pero la trasciende en una lógica distinta; la lógica del don. Es importante tener esto muy presente porque la vocación cristiana es esencialmente una cuestión de amor. Se aprende a responder a la llamada divina en la medida en que se aprende a amar desinteresadamente.

La vocación común cristiana en general y la vocación específica en particular, arrancan a la persona de la inercia egoísta y posesiva, y le ensanchan el corazón para experimentar un amor grande; el amor de Dios. En palabras de san Agustín: *"Dáteme a mí, Dios mío, y devuélvete a mí. He aquí que te amo, y si aún es poco, que yo te ame con más fuerza. No puedo medir a ciencia cierta cuánto me falta del amor para que sea bastante, a fin de que mi vida corra entre tus abrazos"* (San Agustín, *Las Confesiones* 8,9).

## 5. Metodología para elaborar el Proyecto de vida

Trata de poner cada detalle por escrito.

1. *Análisis de tu realidad personal.* Se trata de evaluar tu situación actual en los ámbitos que conforman tu vida: dimensión humana, relación con Dios, vida de fraternidad, servicio y entrega a los demás, conocimiento y vivencia de la fe, implicación personal en tu propio proceso de discernimiento. Para quien está haciendo un proceso de discernimiento y lleva un acompañamiento personal y comunitario, este ejercicio le ayudará a realizar una síntesis de la propia situación personal. Para que sea un *Proyecto realista* es muy importante analizar tus expectativas personales y tener muy en cuenta tus necesidades. Para el análisis de la realidad puede ayudarte de la tabla que se encuentra más adelante, en el punto seis.
2. *Iluminación del tema eje o prioridad.* Este ejercicio conlleva centrarse en lo esencial, es decir, el asunto clave para este momento de tu vida. Implica identificar y definir ese asunto central, ese tema eje. Corresponde al punto central y vital del Proyecto personal. El Proyecto, en cuanto herramienta para proyectar la vida nueva en Cristo, está abierto a enfocar la atención sobre diversos temas importantes de la vida cristiana. Por lo cual, la herramienta puede trabajarse como un instrumento para profundizar en la propia vivencia de la vida cristiana o para visualizar con más claridad *una opción de vida en Cristo muy particular*.
3. *Determinación de los objetivos.* Consiste en que te preguntes sobre aquello que te propones alcanzar en relación con ese tema central, es decir, *cuál sería tu estrella norte*. A veces se distingue entre objetivo general y objetivos específicos; los segundos explicitan el primero. Si el objetivo general es claro y concreto no haría falta explicitarlo más. El ejercicio de plantear el objetivo y, si fuera el caso, los objetivos, es central en el *Proyecto de vida* porque permite organizar todas las energías en un propósito y disponer de los recursos a mano en una dirección muy concreta.
4. *Mediaciones.* Se trata de definir cuáles serían los medios, las acciones y los recursos concretos, realistas y evaluables que te trazas para caminar *hacia la estrella norte*, con la ayuda de Dios. Se plantea como un punto de partida -la situación en que me encuentro- y como un punto de llegada -la meta que quiero alcanzar-.
5. *Definir tiempos, lugares, personas.* Consiste en especificar lo más claramente posible aspectos relacionados con las mediaciones, de modo que se tenga mayores probabilidades de conseguir la meta trazada. Estas mediaciones tienen que ver con definir los plazos concretos que permitan regresar



constantemente al objetivo del Proyecto de vida, como lo es el revisar o evaluar. Sería bueno concretar cualquier tipo de experiencia a la que se quiere recurrir y especificar el cuándo y el cómo. Y si se quiere contar con otras personas para poder llevarlo adelante, también sería bueno que se indiquen de forma explícita.

6. *Definir la actitud que te mueve a sacar adelante el proyecto personal:* interés, confianza, fidelidad, etc. La actitud es muy importante porque centra la atención en la motivación de fondo sin la cual no se camina ni se persevera ante las dificultades.
7. *Hacer descansar el proyecto en una frase bíblica que lo inspire y anime, por ejemplo, "Si el Señor no construye la casa, en vano se cansan los albañiles" (Salmo 126).*
8. *Mide el "avance" de los resultados.* Una vez que comienzas a emprender las acciones que te llevarán a alcanzar tus metas en la vida y a ser fiel a la persona en que deseas convertirte, ¡mídelas! Compara cómo ha sido tu disposición por trabajar en tu objetivo en comparación con otras épocas, descubre qué aspectos han sido más positivos y cómo puedes mejorar. Puede ser útil que cada tres meses vuelvas sobre el objetivo general y los objetivos específicos pues concentran lo esencial del *Proyecto de vida*.
9. *"Actualiza" tu proyecto de vida periódicamente.* Recuerda que a pesar de haber realizado un Proyecto de vida, todas las personas cambiamos, maduramos con el paso del tiempo. Las situaciones y contextos se transforman y puede

que tus objetivos comiencen a orientarse hacia una nueva dirección. Si llega a pasar esto, en lugar de advertir señales de alarma, lo mejor será *volver a tu Proyecto de vida y modificar aquello con lo que ya no te sientes 100% identificado*. ¡No hay nada de malo en reinventarse! Si revisados el objetivo general y los objetivos específicos percibes que les vendría bien alguna precisión o explicitación particular, hazlo.

10. *“Evalúa” tu Proyecto de vida en un periodo de tiempo considerable*. El Proyecto de vida no es una sentencia sobre tu propia existencia, sino una herramienta sobre la cual tú quieres trabajar aspectos importantes de tu vida. Por lo cual, siempre puedes modificar aspectos, reorientar tus aspiraciones y trazar nuevos sistemas y planes para el cumplimiento de tus metas, que mejor se ajustan a la persona que eres hoy y que quieres ser mañana. Sería deseable que la evaluación del Proyecto de vida se realice, al menos, cada seis meses; en torno a tres o cuatro meses, sería lo más conveniente.

## 6. Tabla de temas a considerar en el Proyecto de vida y conciencia de cómo se viven

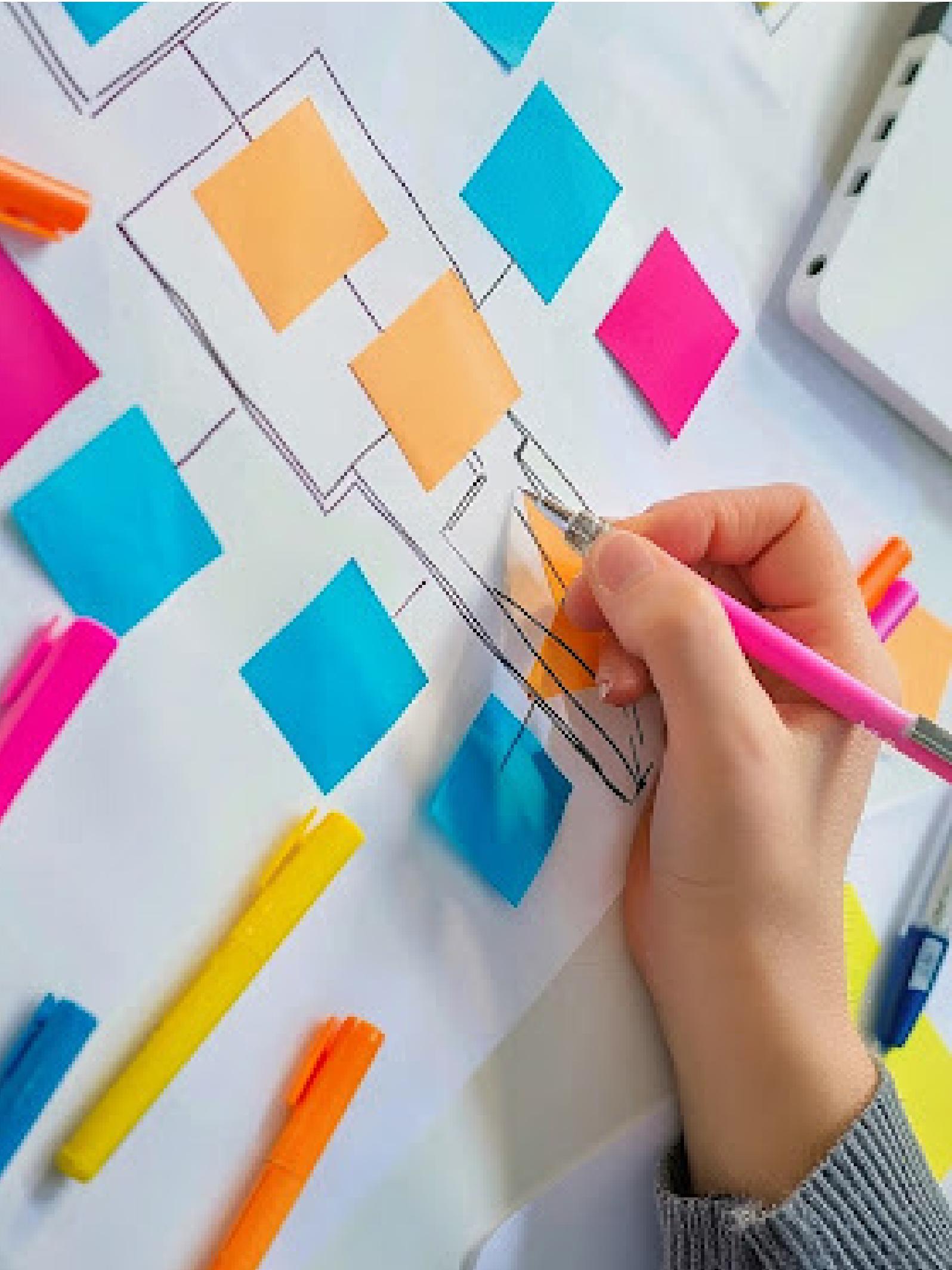
A continuación dispondrás de una tabla donde se sintetizan los temas claves para trabajar en tu *Proyecto de vida*. En dicha tabla aparecen cuadros vacíos en los que podrás organizar y ampliar la información que recogiste en el ejercicio anterior. Dicha tabla sugiere como inspiración de fondo la espiritualidad agustiniana en torno a los tres verbos “acordarse”, “comprender” y “amar”. Estas tres acciones concretas marcan el espíritu con que se analizan, reflexionan y se discernen los aspectos centrales de tu *Proyecto personal de vida*.

En la columna de la izquierda aparecen nombradas las llamadas principales que el ser humano recibe principalmente en las primeras etapas de vida. Según se recorre el contenido de la columna izquierda de arriba hacia abajo, se enfoca con claridad el objetivo principal que es madurar una opción de vida en Cristo muy específica (la vida laical comprometida, el ministerio ordenado o sacerdocio ministerial y la vida religiosa consagrada).

La espiritualidad cristiana está orientada a encarnar la vocación específica en la realidad concreta de cada persona. En ese sentido es muy importante detenerse el tiempo que haga falta en considerar aquellos aspectos humanos indicados en los primeros cuadros de la columna de la izquierda de la tabla, pues ahí es que descansa en sentido fuerte de la llamada divina, tanto de la vocación común cristiana, como de la vocación específica.

Los ítems que se sugieren para profundizar en cada una de las llamadas no agotan todos los aspectos que están en juego en la respuesta humana a la vocación divina. Se trataría solo de aspectos importantes a tener en cuenta a la hora de reflexionar y discernir lo que está en juego frente al misterio de la llamada.

<b>OPCIÓN DE VIDA EN CRISTO</b>	<b>DESPERTAR</b> <b>¿Cómo me encuentro? ¿Por qué estoy así?</b>	<b>COMPRENDER</b> <b>¿Qué puedo mejorar? ¿Cómo ser más coherente?</b>	<b>AMAR</b> <b>¿A qué me comprometo? (una o dos cosas)</b>
<b>LLAMADO A SER PERSONA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condición física</li> <li>• Salud física</li> <li>• Estima de sí</li> <li>• Cualidades y limitaciones</li> <li>• Carácter y temperamento</li> <li>• Sentimientos y emociones</li> <li>• Deseos</li> <li>• Responsabilidades</li> <li>• Tiempo libre</li> </ul>			
<b>LLAMADO A SER PERSONA CON LOS DEMÁS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Familia</li> <li>• Escuela</li> <li>• Amigos</li> <li>• Pareja</li> </ul>			
<b>LLAMADO A SER CRISTIANO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mi relación con Cristo</li> <li>• Mi relación con el Padre</li> <li>• Mi relación con el Espíritu</li> <li>• Con la comunidad cristiana</li> <li>• Con el grupo o movimiento</li> <li>• Con los pobres</li> </ul>			
<b>LLAMADO A SER DISCÍPULO MISIONERO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fe, Esperanza, Amor</li> <li>• Oración</li> <li>• Escucha de la Palabra</li> <li>• Eucaristía Dominical</li> <li>• Sacramento de la confesión</li> <li>• Testimonio cristiano</li> <li>• Compromiso cristiano</li> </ul>			
<b>LLAMADA ESPECÍFICA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vida laical comprometida</li> <li>• Ministerio ordenado (sacerdote)</li> <li>• Vida religiosa consagrada</li> </ul>			
<b>LLAMADO A SER AGUSTINO RECOLETO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Joven Agustino Recoleta</li> <li>• Miembro de la fraternidad seglar agustino-recoleta</li> <li>• Religioso agustino recoleta</li> <li>• Religiosa agustina recoleta</li> <li>• ...</li> </ul>			



## 7. Guión para redactar el Proyecto de vida

Lugar,

Yo, (*nombre de la persona*), hago mío este Proyecto de vida y, con la gracia de Dios, lo asumo como una herramienta valiosa que me ayudará a madurar mi opción de vida en Cristo.

Objetivo general:

Objetivos específicos:

Líneas de acción:

- 1.
- 2.
- 3.

Medios y recursos:

Tiempo, lugares y personas implicadas:

Actitud que te mueve a sacar adelante mi Proyecto personal:

Frase bíblica que inspira y anima mi Proyecto de vida:

Fecha en la que me propongo evaluar la aplicación de mi Proyecto de vida:

Fecha y firma.



agustinos  
recoletos