



En esta nueva entrega de la Hoja Informativa, el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) os proponemos reflexionar sobre nuestras debilidades y fortalezas. La clave del éxito personal puede residir en saber escoger algunas de las debilidades y observar qué oportunidades nos brinda el entorno que ayuden a lidiar con ellas y a equilibrarlas. Dedicar tiempo a conocernos y (para los creyentes) a sentirnos próximos a Dios puede convertirse en la mayor de nuestras fortalezas.

[www.nuestraseñoradelapaz.es](http://www.nuestraseñoradelapaz.es)

## FORTALEZAS Y DEBILIDADES

La más peligrosa de todas las debilidades es el temor de parecer débil. Pero hagamos caso a los que saben: Lo que hace sociable al hombre es su debilidad (Rousseau, JJ); El orgullo y la debilidad son hermanos gemelos (Lowell, JR); La neutralidad como principio inmutable, es una prueba de debilidad (Kossuth, Lajos); La habilidad y la constancia son las armas de la debilidad (Maquiavelo). ¿Quién no ha realizado alguna vez un DAFO (Debilidades-Amenazas-Fortalezas-Oportunidades) en el ámbito empresarial o personal? ¿Quién no se ha detenido alguna vez para “hacer examen de conciencia”?

Bien, pero en estas ocasiones, el problema es quedarse solamente con aspectos parciales, sea de optimismo desproporcionado, sea de pesimismo destructor. Ni lo uno ni lo otro: hay que aceptar la realidad y responder a la misma con hospitalidad, aproximarse a los acontecimientos, acogerlos tal como vienen para saber acomodarse, asimilarlos y adaptarse en definitiva (a esto se le llama homeostasis psicológica). Importa mirarse, detenerse sobre uno mismo y su circunstancia ya que puede ayudar a que las personas puedan conocerse mejor y plantearse las estrategias adecuadas a sus metas. Para ello una batería de preguntas no viene mal:

- Sobre las *debilidades*: ¿Tengo la suficiente experiencia? ¿Qué debería mejorar? ¿Qué características son las que más me alejan de mis objetivos?
- Sobre las *fortalezas*: ¿Cuál es mi mayor virtud? ¿Qué actividad es la que más me apasiona? ¿Qué hago mejor que los demás?
- Sobre las *amenazas*: ¿Qué aspectos externos dificultan para llegar a mis objetivos? ¿Qué problemas externos impiden conseguir mis metas? ¿Hay mucha competencia en mi entorno?
- Sobre las *oportunidades*: ¿Qué aspectos externos pueden facilitarme conseguir mis objetivos? ¿Puedo ofrecer algo positivo como novedad? ¿Qué recursos tengo que me acercan a conseguir mi meta?

Así se puede llegar a tener una visión general de la propia situación personal, por lo que se podrán ir aplicando estrategias para ir aminorando las debilidades e intentar potenciar las fortalezas. Saber equilibrar las debilidades es un arte que conviene ir aprendiendo. Valorar las fortalezas personales ya que van a suavizar el efecto de las amenazas que nos rodean, pero teniendo en cuenta el mundo en el que vivimos: las amenazas más grandes suelen ser las competencias de los demás por lo que es importante destacar en algo en que se es bueno y sin intentar imitar a nadie: autónomamente. Importa tener la información de forma constructiva, pues no somos perfectos ni debemos pretender serlo, somos vulnerables, pero debemos buscar la mejor versión de nosotros mismos para sentirse satisfechos. Y sobre todo, no creer que los miedos sean amenazas, romper las propias barreras y hacer las cosas con asertividad y hospitalidad.



## CUANDO LAS FORTALEZAS SUPERAN LAS DEBILIDADES

Todos tenemos para nuestra vida una misión y unos objetivos que alcanzar y unas circunstancias en las que lograrlos. Probablemente lo más importante en nuestra vida es que encontremos y aceptemos cuál ha sido el fin para el que hemos sido puestos en este mundo, si lo acertamos e intentamos cumplir con ese fin, habremos logrado la felicidad. El fin de nuestra vida viene marcado sin duda por quien nos puso en este mundo, es decir nuestro padre Dios y en consecuencia acertar a cumplir humildemente la Voluntad de Dios ha de ser nuestro principal objetivo y conseguirá nuestra felicidad. Nuestra vida se desarrolla en unas determinadas circunstancias: entorno social, características profesionales, una determinada nación desarrollada o no, un determinado ambiente, una situación económica, familiar social etc. diferente.

Puede ser que el desarrollo al máximo para alcanzar la cima en estas circunstancias en las que nosotros nos desenvolvemos constituya nuestro principal objetivo, y en ese momento las fortalezas y debilidades que tenemos son relativamente fáciles de considerar.

Así, si consideramos que nuestro objetivo máximo es llegar a la cumbre de una situación social ganando el máximo dinero, a través de un trabajo excesivo, es claro que las fortalezas serán nuestras influencias sociales, nuestra capacidad intelectual, nuestra fuerza física, nuestra capacidad de aprender idiomas, de viajar por todo el mundo, incluso a lo mejor de pisotear a colegas o compañeros. Las debilidades pues serán las opuestas nuestra falta de forma física, escasa locuacidad, el no tener don de gentes, timidez, falta de recursos económicos etc.

Sin embargo cuando las circunstancias en las que nos desenvolvemos en la vida no constituyen el fin último de nuestra existencia, y son solo un medio para cumplir la voluntad de Dios (es decir nuestro objetivo final), las fortalezas y debilidades cambian sustancialmente y además se simplifican.

Efectivamente una persona puede ser un gran arquitecto, un gran ingeniero, un gran empresario, un gran médico etc. Pero si su objetivo principal es elevado y consiste fundamentalmente en servir a Dios y a los hombres, sus fortalezas superan mucho sus posibles debilidades, y así su fortaleza

principal será ni más ni menos que la ayuda de Dios que él pedirá diariamente, Él no la va a negar, y .... ¡no existe mayor fortaleza! Puede que las cosas humanamente hayan salido mejor o peor, y estarán, seguro, influyendo en ello las posibles debilidades humanas, pero el objetivo final estará siendo cumplido y la presencia de estas debilidades tendrá menor o nula importancia. La lucha contra el propio carácter, los defectos, y todo aquello que suponen lo que comúnmente se llaman debilidades estará fuertemente apoyada, y el resultado final REAL dependerá exclusivamente de lo que nos hayamos acercado al objetivo final independiente de que humanamente tenga una apariencia u otra. Es más fácil de entender este tema cuando nos fijamos en el objetivo final y cómo se ajustaron a él personas que a lo mejor humanamente no eran fuertes, no tenían medios, incluso intelectualmente no tenía mucha valía y sin embargo cumplieron de una manera extraordinaria el objetivo final que es la voluntad de Dios sirviendo a Dios y a los hombres por Dios. Algunos de estos ejemplos son muy fáciles de recordar: madre Teresa de Calcuta, San Juan de Dios, Santa Teresa de Jesús, San Juan María Vianney (el cura de Ars), San Francisco de Asís, etc... el objetivo de estas personas fue exclusivamente servir a los más desfavorecidos y sus fortalezas, basadas exclusivamente en pedir ayuda a Dios todopoderoso, superando con mucho a sus múltiples debilidades.

### PARA PENSAR

“El que no es valiente para tomar riesgos no va a lograr nada en la vida”

*(Muhammad Alí).*

Pablo Labarga  
Médico Internista  
Clínica Nuestra Señora de la Paz