

# Cómo cuidar de si mismo?

## Probablemente, el mejor test de personalidad que existe para conocerse!

### Resumen

En este manual, usted tomará consciencia de que la mejor prueba de personalidad que existe no está respondiendo a opciones de respuesta ya seleccionadas, sino bien observando los demás. Usted puede hacer miles de pruebas de personalidad que no demuestran más que una cosa, que usted se aleja de su verdad, que debe ser descubierta por usted mismo.

Desea usted saber cuál es el mejor test de personalidad para usted? La respuesta es simple, la mejor prueba para usted es la que es verdadera para usted y no la que usted y los demás piensan!

## La única manera de conocerse es en la acción, la cual es la relación

1. La relación es la herramienta para conocerse
2. Su naturaleza al nacer
3. Sus dones y regalos recibidos
4. Su pasión sin límites
5. Sus talentos actuales y aquellos a desarrollar

## 1. La relación es la herramienta para conocerse

Si usted piensa conocerse por medio del pensamiento o bien buscando en un libro, una prueba o cualquier otra manera para conocerse, entonces usted no hace más que alejarse de quien es usted realmente.

Usted es la única autoridad a cerca de quien es usted y dar esto a otros, es dejarse controlar por el miedo y la dependencia. Lo que cuenta es saber lo que es cierto para usted y no quien tiene razón o cuál es la prueba que lo satisface.

He aquí el secreto simple para conocer su personalidad. Es por la observación, la atención que usted toma consciencia de quien es usted. Imagínese en una habitación oscura con tres serpientes venenosas. En este momento usted toma consciencia de lo que significa estar atento... no hay necesidad de pensar o concentrarse, no es cierto?

La gente en este planeta han sido educados inconscientemente, a utilizar las relaciones humanas como una herramienta de intercambio entre ellos o bien que ellos pueden obtener por la fuerza o el control. Tu me das esto y yo te doy aquello. Yo te controlo por la necesidad con el fin de obtener aquello. Pero la verdadera razón de ser de las relaciones es muy diferente.

En efecto, la relación es la herramienta del alma con el fin de hacer la experiencia de nuestros sentimientos o estados de ser. Por ejemplo, usted puede pensar que usted es una persona amable, pero si usted no hace gestos amables hacia una persona, entonces usted no tiene más que una idea de eso. Y preguntar o ordenar a los demás de hacer el gesto amable no aporta nada, ya que la experiencia está incompleta.

Además, la relación ofrece un espejo de quienes somos ofreciendo otros puntos de vista que nos permiten conocernos tal como somos y no según lo que quisiéramos ser. Por ejemplo, si usted es una mujer y que en todo el planeta, no existe un hombre, entonces como usted puede saber que usted es una mujer en ausencia de lo que usted no es? Cómo conocer un sentimiento de bien si un sentimiento de mal no existe? **Cómo conocer el frío si el calor no existe? Esta es la relatividad. Y eso no tiene nada que ver con ciertos sabios de renombre.**

De esta manera. Todo lo que define «lo que es» está en la toma de consciencia de «lo que no es». Como consecuencia, no niegue ni juzgue nada de la vida, ya que usted demuestra la ausencia de otra cosa. Lo que es definitivo, es que los sistemas de creencias o de condicionamientos no quieren que usted sepa con el fin de mantenerlo atrapado por el miedo y la culpabilidad.

¿Qué tiene que ver la relación con nuestra personalidad? Tiene todo que ver ya que es por la observación de los demás que podemos definir quienes somos, ya que los demás son quienes no somos.

## 2. Su naturaleza al nacer

Al nacer, usted llegó a este mundo con su naturaleza y en algún lado entre los 3 y los 5 años, usted comenzó a estar condicionado por los sistemas que imponen la obediencia según el clan y el lugar donde usted vive. Pero antes de este condicionamiento, usted era completamente natural y sin gran influencia del medio. Su naturaleza es la primera cosa a tomar consciencia con respecto a su personalidad.

Tiene usted necesidad de pensar para conocer si usted es un hombre o una mujer? Es una evidencia no es así? Usted no tiene necesidad de pensar, ya que esto podría crear dudas con respecto a su orientación sexual. [Al nacer, cuál era su naturaleza sexual?](#)

¿Tiene usted un recuerdo de cuando usted tenía 1 a 3 años? Si usted observa los niños y las niñas de 1 a 3 años, ¿puede reconocer las características de su personalidad? ¿Quién entre una niña y un niño, le gusta más hacer que hablar? ¿Quién entre un niño y una niña, le gusta las caricias? ¿Quién entre un niño y una niña, le gusta tener atención? ¿A quién le gusta agrandar o hacerse ver? ¿A quién entre un niño y una niña, le gusta construir? ¿Quién entre un niño y una niña, le gusta curar o cuidar de los demás? ¿observa usted una diferencia natural entre una niña y un niño?

[Puede usted observar los otros niños, sin pensar, o sea sin juzgar o modificar lo que son y por medio de la observación, verse como ellos?](#) Si usted comienza a pensar con su mente condicionada de adulto, entonces usted se aleja de su naturaleza. Pensar es una función de hacer y aquí, deseamos conocer lo que somos, entonces una función del ser.

## 3. Sus dones o regalos recibidos

Durante su infancia, usted vivió, la mayoría de ustedes, con sus padres y asistieron a la escuela primaria. Hay rasgos de personalidad de los que usted se acuerda y que a usted no le gustaron de sus padres, profesores o cualquier otra persona relacionada con usted? Esto es de una extrema importancia, ya que lo que usted no le gusta es lo que lo define. Lo que define a una cosa es lo que ella «no es». Entonces, lo que usted tiene de diferente de los demás, de único.

Por ejemplo, no me gusta ver a mi madre ser dictadora, no me gusta ver a mi padre ser dominado y controlado sin jamás decir nada. No me gustaba ver a los adultos ser injustos con los niños o las personas en general, no me gusta que los adultos sean jueces y usen el miedo y la culpa. No me gusta ver los profesores o los adultos que nunca hacen preguntas para comprender a los niños. No me gusta ver a las personas solucionar un problema sin estar atento a la causa que lo creo. No me gustaba la gente que era autoritaria.

Con todas estas observaciones, yo pude tomar consciencia de lo que me define concerniente a mi personalidad al nacer era simplemente lo contrario a eso. Lo que contaba era no juzgar, sino aceptar las diferencias. Me tomó poco más de treinta años antes de darme cuenta, de verme. Lo que me define es lo que no soy o lo que no me gusta de los demás. Por qué entonces negar o destruir lo que tengo que comprender para conocerme y amarme?

A partir del momento que comenzamos a ser adolescentes, los rasgos de personalidad en los demás que no nos gustan comienzan a ser cada vez más fuertes. Nadie, y digo bien nadie, nos muestra o nos hace comprender que todo esto es necesario para conocerse y crear la vida que deseamos. Pero los años pasan y lo que no nos gusta de los demás aumenta nuestra rabia contra ellos.

Nadie parece entender que **«lo que nos define es lo que nosomos»**. **No hay necesidad de pedir perdón o de juzgar nuestro pasado, pero bien de elegir algo nuevo para nuestro futuro.**

¿Qué es lo que no le gusta como rasgo de personalidad de los demás? Sus observaciones sin juicios harán entrar en existencia una toma de consciencia de quién es usted, de sus diferencias con el fin de utilizarlas en su vida con una pasión sin límites.

Los dones recibidos al nacer son simplemente las 5 emociones naturales que tenemos con el fin de expresarnos libremente y no por obediencia.

Lo que cuenta es verse tal y como somos a través de nuestras relaciones que no nos gustan, es decir las que no somos. Los sentimientos incómodos que vivimos durante nuestra infancia son las verdades con relación a nuestra personalidad. Nuestra naturaleza y nuestros dones son lo que usted es al nacer y no lo que usted hace.

#### 4. Su pasión sin límites

En algún momento de nuestra temprana vida adulta, somos atraídos por temas que nos cautivan tanto, que el tiempo parece detenerse. Estamos fascinados por temas que nos interesan tanto que nuestros momentos libres están consagrados a eso. Los demás nos toman por latosos, cuando hablamos de ese tema, que no son más que nuestra pasión, a menos que no!

Una pasión no es una diversión que es en todos los casos un escape de una vida aburrida. Una verdadera pasión esta asociada con una creación útil a los demás. La diversión y una pasión se parecen mucho en apariencia.

Sin embargo, la verdad interior es observable por un amor poderoso de hacer, una emoción grandiosa, que si canalizamos esta energía en función de un objetivo valioso a los demás, entonces utilizamos sin ningún esfuerzo, una disciplina personal esencial de manera natural, que nos permite crear un proyecto o una empresa que podría aportarnos una libertad financiera sin preocuparse por el dinero.

La pasión o el entusiasmo es una de las características de nuestra personalidad que utiliza sus dones y su naturaleza transformándolos en un deseo ardiente. Ese amor por hacer al servicio de los demás que no les gusta hacer lo que usted adora hacer.

A menudo, es preguntando a las personas cercanas de usted (sin prepararlas con el fin de recibir respuestas sinceras), lo que le ven hacer con tanta facilidad, tanta pasión y tanto interés, que se convierte en aburrido para ellos, incluso molesto.

Qué hace usted con simplicidad, facilidad y que los demás le dicen que parece tan fácil para usted hacerlo? ¿Qué tema de lectura llama su atención mucho? ¿Cuáles son las cosas que usted reprocha a menudo a los demás de no hacer? ¿Qué es lo que sus padres, hermanos o hermanas le reprochan a menudo de hablar todo el tiempo?

## 5. Sus talentos actuales y aquellos a desarrollar

Los talentos no son una característica de su personalidad. Son cosa que usted hace por hábito aprendidas por la repetición de acciones. En numerosos casos, los talentos no han sido desarrollados en el campo de su pasión, ya que el condicionamiento escolar les ha impuesto elecciones, sin tomar consciencia de lo que usted le gusta y lo que usted es primero.

No es haciendo una elección de profesión o empleo que amamos lo que hacemos, pero a menudo la gente, para salvar la cara, afirman que les gusta lo que hacen. En realidad, es a menudo lo contrario, sólo ver como están ansiosos de que llegue el viernes o a las vacaciones!

¿Conoce usted un sistema escolar que ha puesto la importancia en hacer tomar consciencia a los niños de descubrir su pasión, sus dones y su naturaleza? ¿Conoce usted un sistema escolar que haya puesto importancia en imponer lo que los niños deben aprender, lo que deben pensar, lo que deben hacer, lo que deben tener, lo que deben ser y lo que deben elegir?

¿Cree usted que si ese sistema de enseñanza pusiera la importancia en lo que a los niños les gusta primero, que el estancamiento sería menos numeroso? Que el deseo de aprender y comprender de los niños estaría a su estado máximo de motivación, ya que tocaría también sus intereses?

Y usted, si usted toma consciencia de su verdadera personalidad, de sus dones, de su pasión, no sería probable que su motivación estuviera también al máximo

Por qué no elegir desarrollar talentos en función de su pasión, sus dones y su naturaleza? ¿alguna vez ha pensado en crear una empresa familiar o en pareja?

**Qué haría usted por usted y por los demás con su verdadera personalidad?**