

# LA INTIMIDAD

**DRA. CONCEPCION BARREIRO GüEMES**



# La Persona

¿Qué es?



¿Quién es?



## **AUTOCONCIENCIA**

Me doy cuenta de mi mismo  
Conozco que conozco  
Le añado el valor moral



# NATURALEZA HUMANA



## Persona:

¿Quién eres?

- El cada quien intransferible = Intimidad
- El sello que modifica la naturaleza
- Inclina a la voluntad

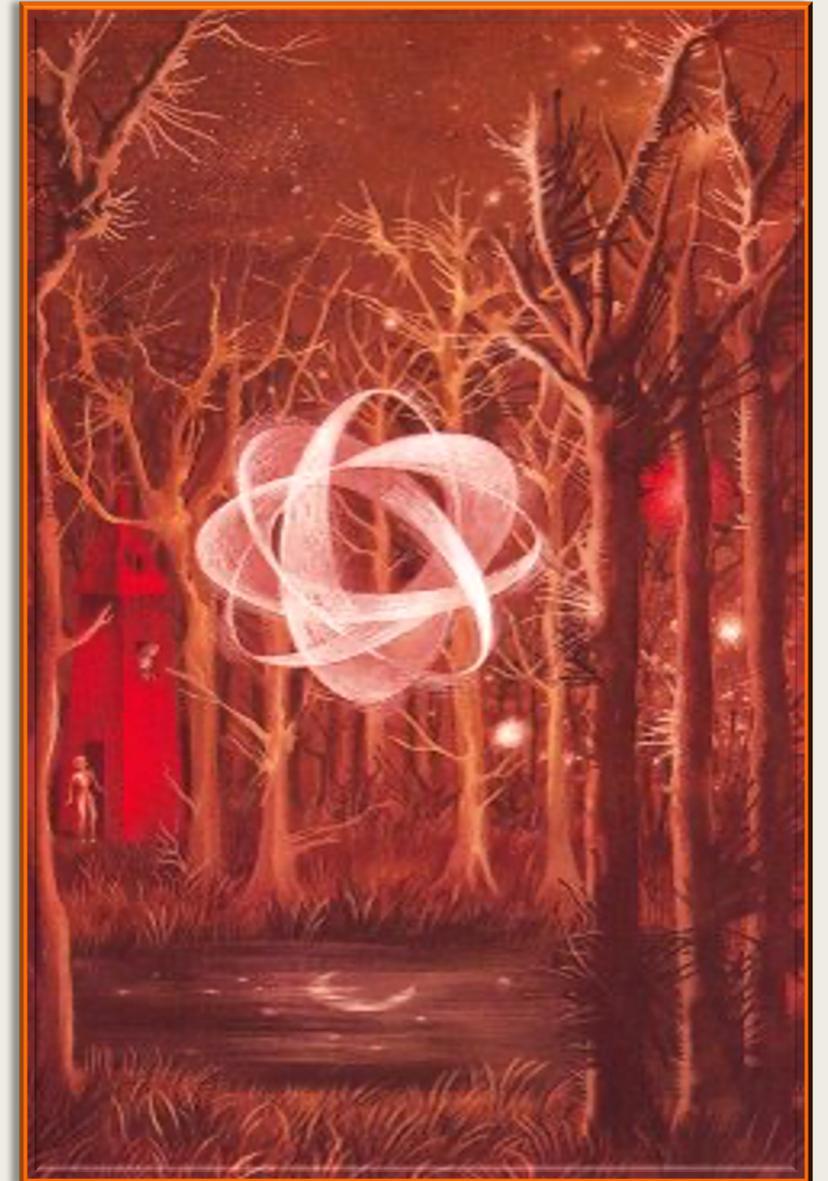
# PERSONA

## ACTO de ser

- Núcleo personal
- El centro de la persona
- La intimidad personal

### **Se manifiesta por:**

- La inteligencia y la voluntad libre,
- Por los afectos
- Por el cuerpo

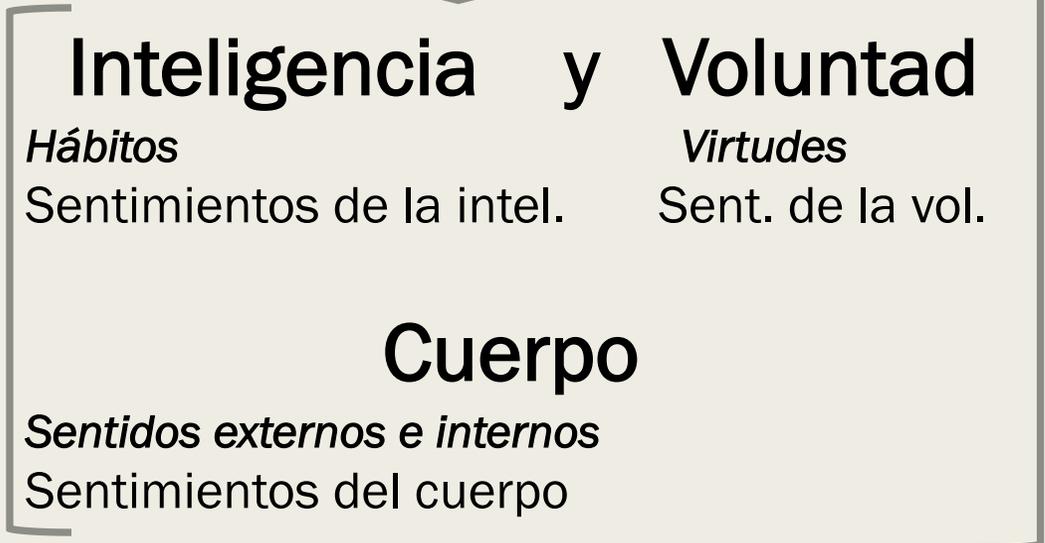


**Persona**  
**Intimidad**



**POTENCIA**

**Nat. Humana**



# LA INTIMIDAD

**Definición :**

**Latín “Intimus” = lo interior de alguien**

**Dos maneras de ver la intimidad :**

“La intimidad entendida como núcleo oculto de cada persona”

“ La intimidad donde se fraguan las decisiones más propias e intransferibles”

Miguel Ángel Martí García

# LA INTIMIDAD



Mundo interior no visible desde afuera, forjado por *las experiencias* de nuestras acciones.

Lugar sagrado de la persona

Nadie puede obligarme  
Sólo yo lo puedo hacer

“Persona significa que yo no puedo ser habitado por ningún otro, sino que en relación conmigo estoy siempre sólo conmigo mismo; que no puedo estar representado por nadie sino que yo mismo estoy por mí; que no puedo ser sustituido por otro, sino que soy único. Todo ello subsiste aun cuando la esfera de la intimidad sea tan perturbada como se quiera por la intervención y la publicidad. Lo único que en tal caso se pierde es el estado psicológico del respeto ajeno y de la paz, pero no la soledad de la persona en si”.

Guardini: (Mundo y Persona p.104. Ed. Encuentro. Madrid 2000)

# LA INTIMIDAD

## ¿Qué es?

- **Atributo esencial de la persona, el centro soporte desde el que se estructura la personalidad y orienta la vida.**
- **La coincidencia consigo mismo.**

**Capacidad de interiorizar.**

**Es el espacio interior  
que permite encontrarse**

# LA INTIMIDAD



Supone la existencia del  
Yo personal hablando de:

De vivencias personales, de  
cosas queridas

Espacios interiores, lugares  
recónditos de mi persona

# La Intimidad

Espacio Interior

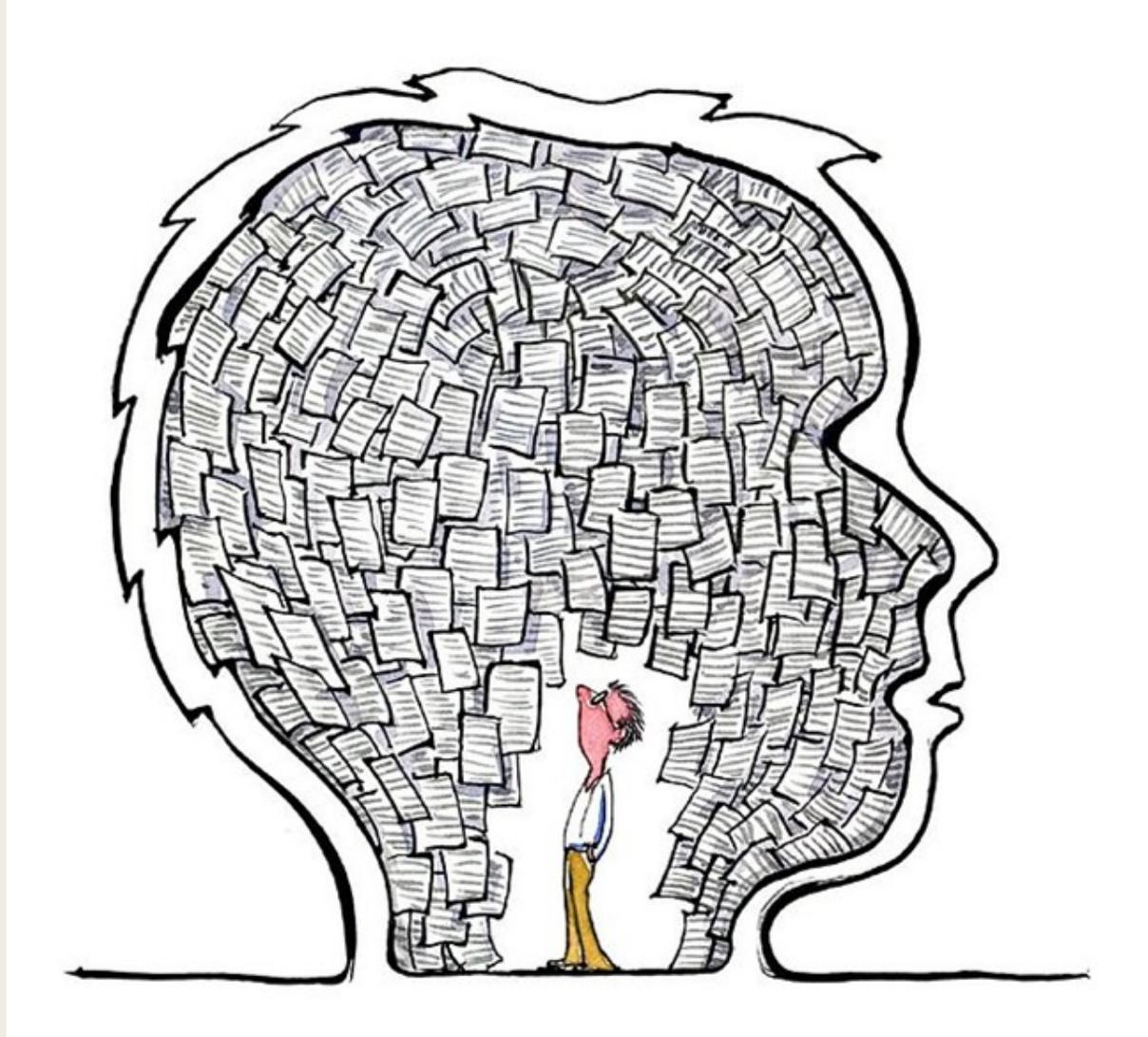
Vivencias Personales

Núcleo del Yo

Se sitúa en el núcleo del yo mismo

Intimidad en relación a :  
la relación personal con otros

Se abre solo al amigo



# LA INTIMIDAD

Relación intelectual y  
de la sensibilidad  
con el yo mismo



Entra en contacto el yo con si  
mismo

Coincidir el yo con el  
*propium* o yo mismo



# LA INTIMIDAD

Ante  
nuestras  
acciones

- Ser espectador
  - Vivir de forma automática
  - No tener conciencia de la propia vida
- 
- Conciencia de la acción
  - Propias decisiones
  - Vivencia del sujeto

# LA INTIMIDAD

- Al traducir los actos en vivencias, hace su propia biografía y su propio yo adquiere una contextura mayor
- Si al vivir NO se le añade su propia reflexión se agota en si mismo. No es protagonista de su propia vida

# Obstáculos

- Desfamiliarización: cuando el mundo ha sido aplanado y roturado en función de otro
- Aburrimiento (no se registra lo vivido)
- Modas, costumbres
- Mimetismo
- Evasiones mayores
- Vivir de la apariencia



# Enfermedades

Enemigos de la reflexión



# Desviaciones

- Actividad incesante
- Ruido
- Salud
- Problemas de conciencia

- No valorar la intimidad
- No mostrarla a quien corresponde

**GRUPOS DE TENDENCIAS**

**De Vitalidad**

- Exteriorización del vivir - MOVIMIENTO Dinamismo
- Interiorización del vivir - Sentimiento del BIENESTAR
- Interiorización del impulso vital - Buscar EXPERIENCIAS

**Del YO**

- POSESION - Encausa el interés y la energía en una dirección : TENER
- PODER - En relación con la alteridad. Tener influjo en la voluntad :DOMINIO
- ESTIMA - El efecto que el YO provoca en los demás. El hombre como centro vital por el valor que tiene
- AUTOESTIMA - La imagen que el YO tiene de si mismo

**De Transitividad**

- Dirigidas al otro
  - Asociación (ser con el otro) - Adaptación Imitación
  - Comunidad (ser para el otro) - Donación - Amor paterno, Amor conyugal, Amor amistad
- Dirigidas al Mundo como totalidad
  - Conocimiento - Aprender
  - Al Trabajo - Rendimiento, creatividad

# LA INTIMIDAD

**Se vive en:**



- Relación consigo mismo mediante la reflexión serena
  - Relación abierta entre las personas: la amistad
  - Relación con la propia naturaleza
- 
- En el hogar
  - En el lenguaje
  - En el vestir

# Formas de relacionarse con realidades de nuestro entorno



- Nivel superficial
- Problemas del exterior
- Sentimiento (reacciona la sensibilidad)
- Desmoronamiento interior
- Interiorización profunda

# VIVIR LA SINCERIDAD

*Consigo mismo y manifestar lo que se siente,  
se ha visto y ha hecho con cierta objetividad*

Cuando se descubre quién realmente es y se acepta como es, se puede orientar la vida en todas sus dimensiones:



**Profesional, Social, Familiar, Religiosa...**

“El hombre volcado al exterior, en el torbellino de la vida pública y en los quehaceres exteriores, llega a perder su seguridad interior y tras su aparente seguridad y autosuficiencia exterior, es presa de una angustia cada vez más amenazadora y por eso es necesario tener un centro personal; el soporte donde asirse y el punto de gravedad del espíritu donde puede salir y puede volver.” (Guardini p.32.33. op.cit.)

# Razones por las que hay que decidirse a conocerse

Dominar las situaciones

Se actúa con mayor libertad

Toma decisiones comprometidas



Se saca el máximo partido a las capacidades

Valora lo bueno que se tiene y rectifica aquello que no va.

No engañarse ni engañar a los demás

Se tiene un juicio objetivo de sí mismo

Ser dueño de sí mismo y poder dar a los demás con todas sus consecuencias



¡Qué miedo a quedarnos  
solos con nosotros  
mismos!

Necesario el recogimiento para  
alcanzar la unidad interior

vs

Disipación



# LA INTIMIDAD

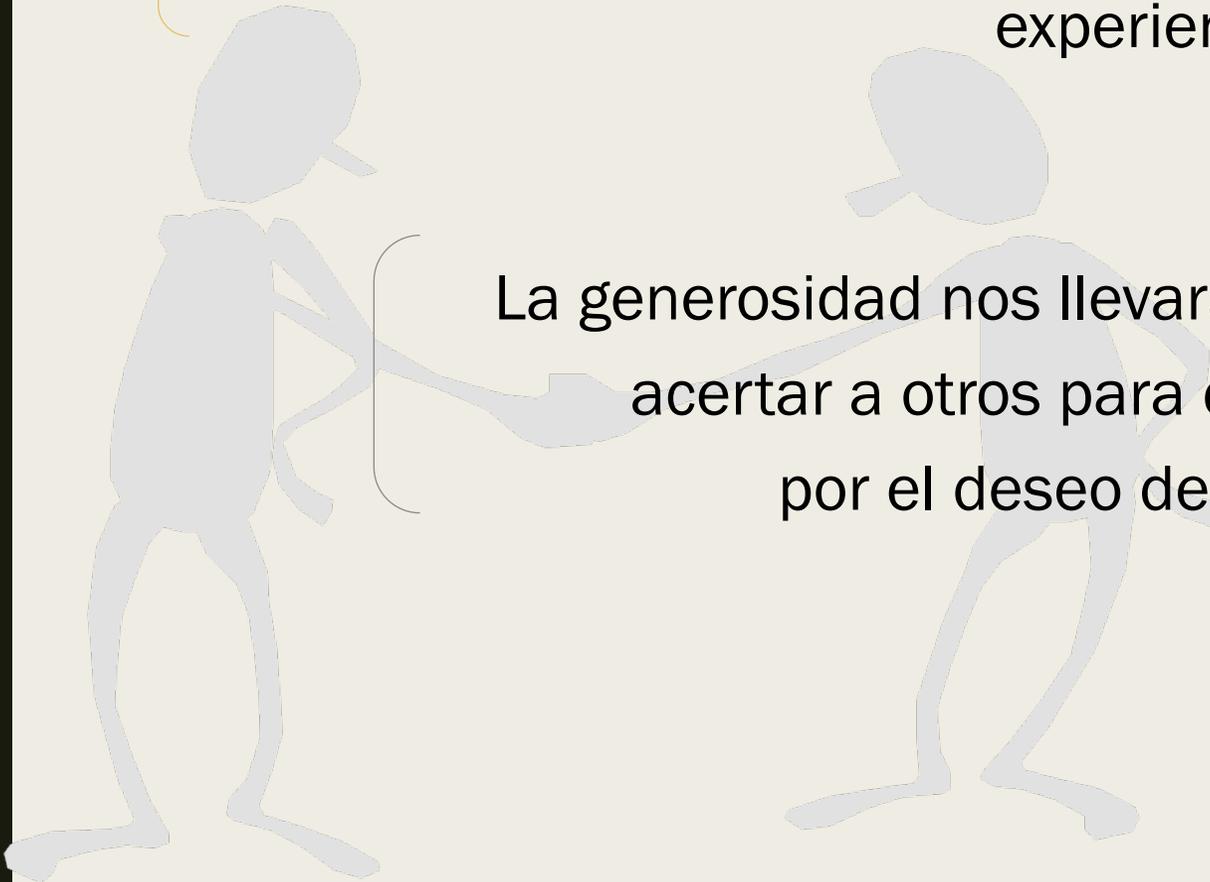
El Mundo Interior se refleja en el exterior:

- En el rostro
- En el arreglo personal
- En la conversación
- En el liderazgo

# Transmitir con generosidad la experiencia

Todos cuantos estamos llamados a la gran tarea de transmitir nuestra experiencia

La generosidad nos llevará a darla por el gozo de ver acertar a otros para que lleguen mas lejos, por el deseo de que sean felices



# LA INTIMIDAD

**CONOCER:** Limitaciones (internas y externas)  
Defectos (internos y externos)  
Habilidades  
Aptitudes

**PARA POSEERSE A SÍ MISMO**  
(ser dueño de sí)

**PARA DARSE** a los demás



# INTIMIDAD DEL NÚCLEO PERSONAL

No confundir con la intimidad de las dimensiones de la naturaleza humana:

- Sensibles
- Inmateriales

# CONOCER PERSONAL

¿Conocer por si mismo?

¿El conocer humano se adquiere como accidente?

¿Todo conocimiento es auto-intencional?



El saber (acto) no puede surgir del no saber (potencia)

- Luz innata de la verdad (activa a la inteligencia)
- La experiencia me dice que no termino de conocerme del todo-

# CONOCER

Aristóteles:

Objeto del conocimiento:

- La verdad
- La verosimilitud

Propio de la inteligencia más  
NO ES EL “CONOCER PERSONAL”

# LA VERDAD

Suplantada por:

La certeza  
Cartesiana

La  
autonomía  
kantiana

El  
agnosticismo  
Postmoderno

La  
conciencia  
de Husser

El  
nihilismo  
que niega  
el sujeto

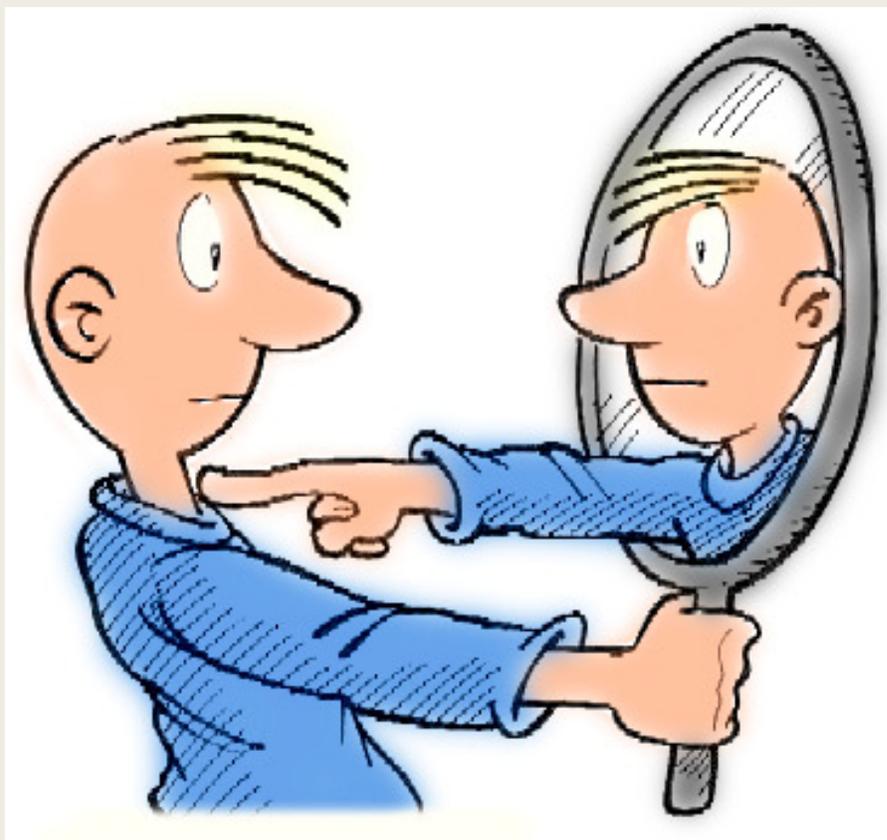
# CONOCER PERSONAL

Es un conocer de un QUIEN  
Es uno el que conoce  
Nadie entiende por el otro

Cada quien conoce por  
su cuenta y libremente

LO QUE PRECEDE INDICA QUE LA  
RAIZ DEL CONOCER ES INTIMA, NO  
EXTERNA O ACCIDENTAL

# CONOCER PERSONAL



Está en el ser propio personal, conformado de tal manera que no puede faltar a ninguna persona por el mero hecho de serlo

# LA PERSONA

**YO** Puerta de la intimidad  
Lo que uno piensa de si mismo  
Se puede cerrar en su yo

**YO**

Ideal



Nos formamos un modelo,  
todo lo amoldamos a él

Real



Que conoce y activa,  
vivifica la personalidad. Se  
mide por lo que piensa y  
quiere

# LA PERSONA

El hombre con su libertad  
Es autor de su propia biografía

Si el yo carece de intimidad, vienen los  
trastornos en la personalidad

“VIVIR MI VIDA” (en buen sentido)  
Autonomía propia de la persona



# LA COEXISTENCIA

Ser con  
Co ser



Vinculada  
existencialmente



- La persona ser desbordante
- Abierto primero consigo mismo
- Se va añadiendo

(por ello debe conocerse)



# DIÁLOGO E INTERSUBJETIVIDAD



- Intimidad : Ser para otro
- Yo personal frente a un tu
- Conciencia de sí por relación
- Diálogo por el lenguaje y el cuerpo

# LA COEXISTENCIA



〔 Ser ampliado por dentro 〕

〔 Ser como ámbito de encuentro  
con el otro 〕

〔 Es acompañante 〕

〔 Importancia también de la soledad 〕

# RELACIONES INTERPERSONALES

## Sociabilidad

El hombre es un ser social

Ser y actuar con otros introduce las relaciones sociales

Para con-vivir

- a) Ser yo
- b) Cubrir necesidades básicas
- c) La formación de la personalidad



# LA PERSONA

**SER DE  
APORTACIONES**



**SU VALOR  
NO DEPENDE DE  
SUS CONDICIONES**

**SINO  
DE SUS  
DECISIONES**

# AMAR



El hombre hecho para el amor:

**Amar y ser amado**

Engrandecer la capacidad de querer

Aptitud para la entrega

**Apertura**

Reconoce en el otro los posibles  
“centros” del cosmos (altero-céntrico)

Por ello hace actos “inútiles”

De cada uno depende la cualidad e  
intensidad  
de SU amor

# AMOR HUMANO

## DESEO DE PLENITUD



Conocer el tu, con olvido de si

- Que la persona sea o exista es decir que despliegue su ser
- Que sea “buena” es decir sea íntegra en su perfección

# AMAR

Buscar el bien del otro en cuanto otro = luchar  
por extraer todas las virtualidades de esa persona

“Sacar lo mejor de ti”

PERMITE PENETRAR CON EL ENTENDIMIENTO  
HASTA LOS ATRIBUTOS MÁS INTIMOS Y  
ÚNICOS DEL OTRO

# AMAR

## Donación

- Entregar la intimidad a otro como algo valioso
- Se recibe como valioso
- Lo mas valioso: La propia existencia



“Yo me pongo a tu servicio, a fin de que tú te eleves a las cimas del amor

perfeccionador al que eres llamado”

- Olvidarse de sí en beneficio radical del otro
- No significa rechazar la propia mejora, sería ir en contra de la naturaleza

# AMAR

El hombre ser llamado a existir “para” los demás, se convierte en un “don”

S.S. Juan Pablo II

# AMOR PERSONAL

Hablar de apertura y dialógico nos remite al **lenguaje**

La comunicación interpersonal no se agota en :

- a) Comunicación verbal
- b) Intercambio de ideas
- c) Comprender la alteridad

Se comparte  
también:  
**afectos y  
voluntades**

El amor nos remite a :

- Ser querido como bien en si mismo
- Querido en cuanto medio para conseguir un bien posterior

“No es solamente que la naturaleza del hombre le obliga a existir y a actuar junto con otros, sino que su actuación y existencia junto con otros hombres le permite conseguir su propio desarrollo, el desarrollo intrínseco de la persona

K. Wojtyla

COMO  
CUALIDADES  
DEFINITORIAS  
TENEMOS:

---

**Cualidades heredadas y adquiridas**

---

**Cognitivas y emocionales**

---

**Peculiar modo de sistematizar,  
asimilar e integrar la información.**

---

**Capacidad adaptativa del ser  
humano**

---

**Sustrato del modo de hacer las  
cosas del ser humano**

# Las cualidades condicionan el modo de ser de la Persona

Con ellas la Persona imprime su personalidad a la multiplicidad de las relaciones que la constituyen

Cualidades que permiten la previsión probable del comportamiento de una Persona

# La autorrealización procede desde dentro

[ Se realiza de manera dinámica-existencial ]

[ Se realiza en el obrar, no ontológicamente ]

# LA INTIMIDAD

## Núcleo personal

El interior de cada uno, que es intransferible, zona espiritual reservada de una persona.

Conjunto de pensamientos, sentimientos y sensaciones de la persona, memoria de hechos pasados. Situado en el núcleo oculto de cada uno, donde se toman las decisiones, donde afirmamos ser únicos e irrepetibles

VS la intimidad sexual

VS la intimidad familiar

# LA INTIMIDAD

Nuestro interior se va formando desde la infancia, se van acumulando las experiencias, los estilos de vida familia. Pensamientos, valores, modos de ser y reaccionar.

Nos damos cuenta de quién somos y se forma una identidad personal.

Vamos depositando y archivando nuestras acciones.

Es el espacio espiritual donde depositamos las cosas queridas, cargadas de sentido.

Es el ámbito nuclear del yo personal.

Es el mundo interior de cada persona

- Es en la intimidad donde nosotros mismos nos valoramos, nos queremos, nos apreciamos y como tal podemos dar felicidad a otros porque también son valiosos.
- La intimidad se convierte en aportación, en don, en generador de riqueza personal para el otro. En la relación con el otro me doy a mi mismo.

- Nos realizamos desde dentro no desde afuera.
- Los encuentros personales se dan en tres ámbitos:

1. *El familiar*
2. *El de la amistad*
3. *El amoroso*

# IV. ELEMENTOS QUE AFECTAN EL SURGIMIENTO DE LA INTIMIDAD

Pérdida del sentido de la existencia

Influencias externas

Factores Ideológicos

Elementos afectivos

Diversiones sociales

Medios de comunicación

Superficialidad

# ELEMENTOS QUE AYUDAN AL CRECIMIENTO DE LA INTIMIDAD

Ejercitar la función reflexiva de la conciencia de la experiencia de la acción pasada

Se necesita:

- **Profundidad:** dejar atrás lo que son sentimientos
- **Altura:** esfuerzo prolongado y progresivo
- **Densidad:** Acumulación en el espíritu de las reflexiones, las experiencias y los esfuerzos
- **Amplitud:** La capacidad de comprender y ordenar las ideas y sentimientos

ALEJANDRO LLANO

# *La vida lograda*

*Ariel*

## La alegre aventura de vivir...

- La vida es una aventura maravillosa que tenemos para el enriquecimiento personal.
- Vale la pena vivirla porque es algo que cada quien va construyendo con su esfuerzo diario

Y cuando alguien con menos experiencia se acerque a pedir una orientación, un consejo, una palabra que facilite hallar el mejor camino se sabrá enseñarle la verdad

# MUCHAS GRACIAS

[concepcion.barreiro@cph.mx](mailto:concepcion.barreiro@cph.mx)