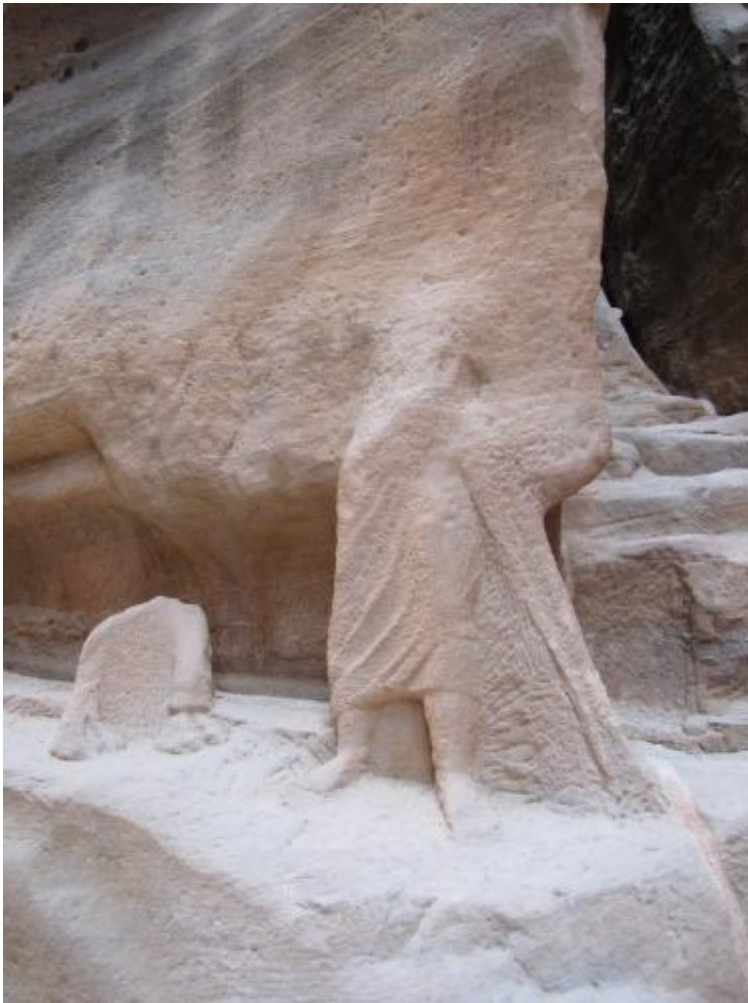


Equilibrio entre Autoestima y la necesaria sensación de insuficiencia

Redacción (Miércoles, 22-01-2014, Gaudium Press) La autoestima ha sido uno de los "íconos" de las 'prédicas' psicológicas de los tiempos recientes. '[Fortalecer](#) la autoestima', 'generar autoestima', 'preservar la autoestima', son todas ellas expresiones que han recorrido y recorren los consultorios de psicólogos y psiquiatras de [todas las](#) tendencias; son frases que alimentan hipótesis de investigaciones, y que son a su vez conclusiones de estas pesquisas.

Por ejemplo, cuando el libro de casos de uno de los más reconocidos Vademécums psicopatológicos [del mundo](#), el DSM-IV-TR, relata un modelo de tratamiento de la anorexia nerviosa de tipo compulsivo/purgativo, el doctor Michael Devlin expresa que centra su intervención en "los aspectos concretos del consumo de comida, la realización de ejercicio, y los pensamientos y sentimientos acompañantes, así como cuestiones más generales de autoestima y valores". 1



*Escultura de persona tallada en la roca, desgastada
en la ciudad de Petra*

En esa línea, cuando la misma obra busca caracterizar la depresión mayor, el Dr. Cory F. Newman afirma de un paciente concreto modelo que "su baja autoestima podría ser uno de los objetivos de la intervención, dado que ese elemento influía mucho en su depresión clínica como en sus problemas de evitación social". 2 Cosas análogas podríamos decir de varios otros tipos de trastorno.

¿Qué es la autoestima? Es la estima propia, de uno, del yo, diría Perogrullo. Y de hecho, en no pocos casos patológicos, la persona tiene una noción de sí que no concuerda con la realidad, tiene una "baja autoestima".

Pero ¿tiene reglas la autoestima, tiene límites? ¿Una autoestima desequilibrada no **puede ser** perjudicial? Evidentemente que sí, y lo contemplamos por ejemplo en el caso del trastorno narcisista de la personalidad, donde aquellos que lo sufren "tienen un sentido de importancia personal irreal y exagerado, rasgo que se conoce como grandiosidad. (...) Dado que se perciben como seres tan especiales, sienten que sólo las personas de condición superior pueden apreciar sus necesidades y problemas especiales. Tienen aspiraciones excesivas en su vida (...) Las relaciones con los demás, sean sociales, ocupacionales o románticas, se distorsionan por la percepción que tienen de los demás como instrumentos para su autogratificación. Además, pueden llegar a ser altaneros y arrogantes, características que interfieren en sus relaciones interpersonales". 3

Vemos pues, que desde la psicología experimental y estadística moderna, se llega también a algo que la teología cristiana había identificado como orgullo, y que formando un conjunto con otras condiciones determinadas, lo incluye dentro de las características de uno de los trastornos que muchos consideran más graves, los trastornos de personalidad. Entonces ¿qué hacer? ¿Valemos o no valemos? ¿Conviene mirar nuestra valía o no?

Creemos que el equilibrio lo da la visión cristiana.

Ella nos dice que somos criaturas elevadas, **las primeras** de la creación visible. Que somos hechos a imagen y semejanza de Dios. Que Dios a pesar de existir una naturaleza creada superior como la naturaleza angélica, quiso hacerse Hombre, no solo porque de esa manera salvaba al género humano, sino porque así "coronaba" la creación, que era resumida por el ser humano, que tiene algo de mineral, algo de vegetal, algo de animal y también algo de ángel. Que el propio Dios hecho hombre se alegraba de estar con los hijos de los hombres...

Pero esta misma visión cristiana, que es matizada, nos dice que hay en el hombre un principio de maldad, muy fuerte, que nos inclina al pecado y que muchas veces lleva a que lo cometamos; afirma "que las concesiones al pecado se comparan a una pequeña bola de nieve que se desprende de lo alto del monte, va creciendo a medida que desciende y acaba provocando una avalancha. Aparentemente insignificantes al principio, si no fueren combatidas pueden llevar el alma al extremo" de querer ser como Dios, trayendo "efectos desastroso, tales como el obscurecimiento del espíritu, el enflaquecimiento de

la voluntad, el predominio del cuerpo sobre el alma y de los sentidos sobre la razón, consecuencias lamentables que nos son por demás reveladas por la experiencia que hacemos, en nosotros mismos, del imperio del pecado". 4 Definitivamente el ser humano es algo complejo.

Entretanto, la misma visión cristiana a la vez que da una visión completa del hombre, en su insigne altura y en sus grandes miserias, da la solución a sus problemas más fundamentales; pero no es una solución naturalista, que se encuentre en el propio hombre, sino que es sobre todo un constante apelo a lo sobrenatural.

Y es sobre todo cuando sentimos que las meras fuerzas naturales son insuficientes, que Dios nos ofrece esta solución, en Él: "Muchas veces Dios hace con que estos nos falten [los bienes], porque cuando las manos están cargadas de riquezas es difícil juntarlas para rezar. Estamos más aptos a confiar en Dios si tenemos las manos vacías. Por tanto, no nos perturbemos caso vengamos a pasar necesidades. Enfrentar problemas, dramas y aflicciones es un don de Dios. Quien no sufre y no experimenta alguna inestabilidad deposita la seguridad en sí mismo y acaba por volver las espaldas al Creador, lo que le acarrea el mayor de los sufrimientos: ignorar la felicidad de depender de Dios". 5

"La humildad es la verdad", decía Santa Teresa. Pero la verdad es que 'tout est grace', todo es gracia, como decía Santa Teresita. Todo es don, incluso los dones naturales, y sobre todo los sobrenaturales, que debemos pedir a Dios. Autoestima es en el fondo no perder el contacto de nuestra dependencia con Dios.

Por Saúl Castiblanco

—

1 DSM-IV-TR. Libro de Casos Volumen 2 - Los expertos cuentan de primera mano cómo tratan a sus pacientes. Elsevier Doyma, S. A. Barcelona. 2007. p. 333

2 *Ibíd*em, p. 192

3 Halgin, Richard P. Krauss Whitbourne, Susan. Psicología de la anormalidad - Perspectivas clínicas en los trastornos psicológicos. 5ª Edición en Español. McGraw Hill. México D.F. 2007. pp.359-360

4 Mons. João Scognamiglio Clá Dias, EP. O inédito sobre os Evangelhos - I. Libreria Editrice Vaticana - Instituto Lumen Sapientiae. Città del Vaticano. 2013. pp. 343-344.

5 *Ibíd*em, p. 154.

Contenido publicado en es.gaudiumpress.org, en el enlace <http://es.gaudiumpress.org/content/55093#ixzz2rT6IhceZ>
Se autoriza su publicación desde que cite la fuente.