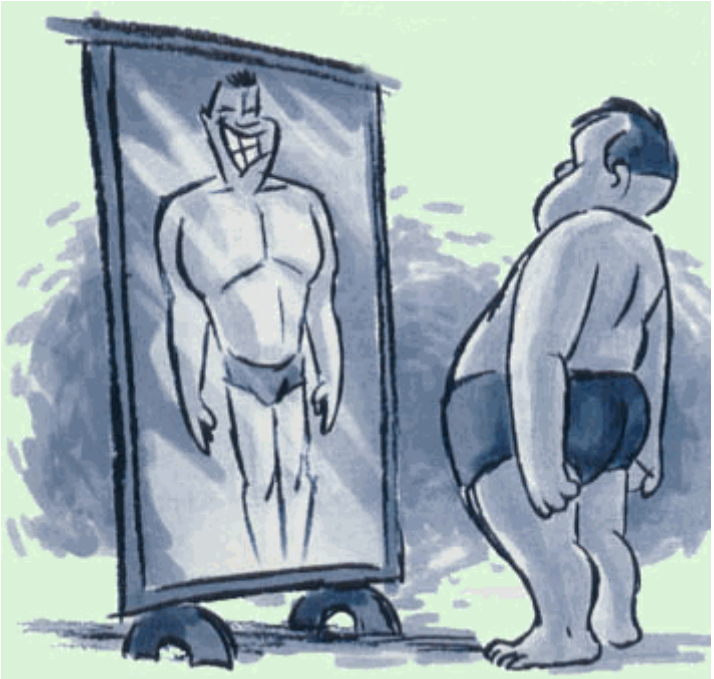
EL PODER DE LA AUTOESTIMA

Por: P. Hernando Uribe



Autoestima es una palabra con fortuna, tiene acogida. Significa el amor a mí mismo. Yo me amo es la forma reflexiva del verbo amar, la acción recae sobre el que la realiza. Constato una y otra vez que hay acciones cuyo efecto queda en mí, como yo me amo.

El evangelio presenta dos mandamientos. El primero, amar a Dios; y el segundo, "ama a tu prójimo como a ti mismo" (Lc. 10, 27). El amor a mí mismo es la garantía del amor a los demás.

Mi inquietud está en saber cómo y cuánto me amo. Tarea que ha tenido poco éxito por miedo o aprensión de ser egoísta, narcisista, ególatra.

El amor me lleva a interesarme en las personas y las cosas que amo. Les dedico tiempo, soy detallista con ellas, les deseo lo mejor, me sacrifico por ellas, las conozco cada vez mejor, y todo lo suyo me entusiasma y me transforma despertando en mí sentimientos de alegría, confianza, fortaleza, entusiasmo y generosidad sin límites. "El amor todo lo excusa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor es eterno, el amor no pasará jamás" (1 Cor. 13, 7-8).

Feliz quien ha tenido la fortuna de encontrar personas que por amarse a sí mismas cuentan en su haber estas vivencias. En mi trabajo cotidiano constato en general que cada uno se conoce poco a sí mismo, y el interés y solicitud por descubrir y cultivar su intimidad no es motivo de inquietud. Impresiona mucho la costumbre de alimentar y justificar sentimientos dañinos, contrarios al amor.

En culturas como la nuestra, poco orientadas al amor de sí mismo, es natural que la autoestima tenga acogida al menos como deseo para poner en los proyectos del año que comienza. El mejoramiento será digno de toda admiración.

Santa Teresa decía: "En cuanto a deseos, siempre los tuve grandes". Sintonizo con ella en la autoestima, en el deseo de cultivarme, de amarme, de tratarme

bien en sentimientos, pensamientos, palabras y acciones, "evitando todo lo que pueda enturbiar el resplandor del sol", como decían los esenios.

No hay en el mundo fuerza como la del deseo. El deseo de la autoestima, el deseo de amarme a mí mismo. El amor de Dios, cultivado con esmero, me lleva a alcanzar la autoestima, lo que creía imposible, amarme a mí mismo, fundamento del amor al cosmos y a los demás. ¡Bendita autoestima!