


“LA NECESARIA DISCIPLINA DE LA AUTO-ESTIMA”

 Video motivacional: Rocky a su hijo.

? *¿Qué es la “auto-estima”?*

- Es “la valoración que hacemos de nosotros mismos sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida”.³³
- Personas con problemas de auto-estima:³⁴
 1. Tiene una gran cantidad de problemas en diversos ámbitos de su vida.
 2. Se siente más infeliz y limitada en cuanto lo que puede hacer.
 3. Mayor tendencia a la depresión y a sufrir ante adversidades.
 4. No se sienten seguras de sí mismas.
 5. Suelen tomar a mal cualquier crítica hacia su persona.
 6. Una mayor tendencia a la crítica a todo o todos los que la rodean.³⁵
 7. Mucha dificultad para relacionarse sanamente con los demás.
 8. Gran necesidad de aceptación por parte de los demás.
 9. Miedo de arriesgarse por miedo a fracasar.
 10. Son muy auto-exigentes y perfeccionistas.
 11. Se comparan con los demás constantemente.
- El problema de baja-autoestima en la sociedad actual es muy grave.

? *¿Cómo Jesús trató los problemas de auto-estima en sus discípulos?*

- Los evangelios nos dan pocos detalles todos los 12, pero tenemos suficientes para analizar a Pedro, Juan y Judas. Representan a todos.
- De acuerdo al Dr. Augusto Cury, Dr. en Psiquiatría, investigador de psicología y escritor; si Jesús hubiera contratado un despacho externo de recursos humanos con expertos psicólogos y psiquiatras para elegir a los futuros apóstoles, todos excepto uno hubieran fracasado = Judas.
- El Dr. Cury analizó psicológicamente las personalidades de los discípulos de Jesús y su conclusión fue la siguiente:

³³ Psicología Online. <http://www.psicologia-online.com/autoayuda/autoestima/autosuperacion.shtml> (accesado Noviembre 24, 2012).

³⁴ MIAutoestima. www.miautoestima.com/baja-autoestima/ (accesado Noviembre 24, 2012).

³⁵ Mi Superación Personal. <http://www.misuperacionpersonal.com/superacionpersonal-articulos/autoestima/baja-autoestima-senales.htm> (accesado Noviembre 24, 2012).

1. “Los discípulos eran víctimas de las características enfermizas de sus personalidades. Estaban llenos de conflictos en los terrenos consciente e inconsciente de la memoria. No tenían la más mínima capacidad de gobernar sus psiques en los momentos de estrés. ¿Cómo ayudarlos? ¿Cómo rescribir sus memorias?”³⁶

- Veamos el reto que enfrentaba Jesús:



Mat 16.21-28. El apóstol Pedro.

- Uno de los pasajes más representativos de la personalidad de Pedro:
 1. Impaciente, indisciplinado, impulsivo.
 2. Otras cosas más: indocto, intolerante, irritable, ansioso.
 3. Su comprensión del mundo se limitaba a las necesidades de subsistencia.
 4. No era emprendedor.
 5. No era altruista y era insensible al dolor de los demás.
 6. Emocionalmente era “un tracto de mula que pasaba por encima de todo lo que se le opusiera”.
 7. No sabía ponerse en el lugar del otro = dificultad para perdonar.
- Cosas positivas: Sencillo, humilde y sincero. Capacidad inmensa para aprender. Le creía fácilmente a Jesús. Era responsable y tenía madera de líder.



Lc 9.51-56. El apóstol Juan.

- Otro pasaje representativo de Juan: a pesar de ver la compasión de Dios hecha hombre (Jesús), prefirió destruir y vengarse a amar.
 1. Ansioso, ambicioso e irritable, no soportaba que lo contradijeran.
 2. No sabía controlar sus emociones.
 3. No era altruista. Era egoísta e intolerante.
 4. No sabía comprender los sentimientos ajenos.
 5. Personalidad explosiva, Jesús lo llamó “Boanerges” = hijo del trueno.
 6. Extremadamente ambicioso, quiso el mejor lugar junto a Jesús.
- Cosas positivas: Tenía una gran capacidad de aprender y estaba fascinado con Jesús.



Juan 12.1-8. El apóstol Judas.

1. Judas. Las pocas evidencias de él nos dicen que era moderado, equilibrado, sensato, discreto. Ni una sola vez es reprendido ante todos.
2. Inteligente, culto, sabía manejar el dinero, el más “moralista” de todos.
3. Problema = actuaba en secreto. No sabía lidiar con sus conflictos, no era transparente, guardaba las apariencias.

³⁶ Dr. Augusto Cury, *El Maestro Inolvidable* (Nashville, TN: Grupo Nelson, 2010), 51.

4. Para él, “pequeñas frustraciones se transformaban en monstruos e insignificantes piedrecillas en montañas”.³⁷ Él mismo se traicionó antes de traicionar a Jesús.
 5. No quiso aprender de Jesús, a diferencia de los otros 2. “El hombre más enfermo no es el que tiene la peor enfermedad, sino el que no reconoce que está enfermo”. Eso le pasaba a Judas.
- La ciencia ha demostrado que para cambiar la personalidad de un individuo hay que rescribir sus memorias, nuevos valores y vivencias que se sobrepondrán al archivo contaminado de la mente.

? *¿Cómo rescribiría Jesús las memorias de sus discípulos?*



Mt 16.13-19.

- No era la primera vez que Jesús le llamaba “Pedro” a Simón. Jn 1.42
⁴²*Luego Andrés llevó a Simón a donde estaba Jesús; cuando Jesús lo vio, le dijo: —Tú eres Simón, hijo de Juan, pero tu nombre será Cefas (que significa: Pedro).*
 - Gr. “Petros” = roca. “Tú eres Pedro”. De alguna forma le da a entender la visión que Jesús tenía por él = jugaría un papel importantísimo después.
 - Con el nuevo nombre Jesús apuntaba a Pedro hacia otro rumbo.
 - *¿Por qué Pedro y Juan resultaron ser al final buenos apóstoles y Judas no?* Porque ellos reconocieron sus debilidades y se dejaron moldear, Judas no.
 - Otras palabras de Jesús claves para la autoestima de ellos:
 - **Mt 10.30–31**, ³⁰*En cuanto a ustedes mismos, hasta los cabellos de la cabeza él los tiene contados uno por uno.* ³¹*Así que no tengan miedo: ustedes valen más que muchos pajarillos.*
 - **Jn 15.16** ¹⁶*Ustedes no me escogieron a mí, sino que yo los he escogido a ustedes y les he encargado que vayan y den mucho fruto, y que ese fruto permanezca. Así el Padre les dará todo lo que le pidan en mi nombre. ESCOGIDOS Y CON UNA MISIÓN.*
 - **Mt 17.20** ²⁰*Jesús les dijo: —Porque ustedes tienen muy poca fe. Les aseguro que si tuvieran fe, aunque solo fuera del tamaño de una semilla de mostaza, le dirían a este cerro: ‘Quítate de aquí y vete a otro lugar’, y el cerro se quitaría. Nada les sería imposible. ELLOS PODÍAN.*
 - Mantener esta mentalidad es una disciplina. **2 Co 10.5** ... *Todo pensamiento humano lo sometemos a Cristo, para que lo obedezca a él,*
1. Escuchar la voz de Dios acerca de cuánto valemos para Él.
 2. Capturar todo pensamiento humano que sea contrario a ese espíritu.
 3. Mantener un corazón de aprendiz, de esa forma maduraremos siempre.

³⁷ Ibid, 45.