



¿Puede Dios ayudarme?

Quiero sentirme mejor conmigo mismo.

¿Puede Dios ayudarme a reconstruir mi autoestima?

“¡No valgo nada!”

Esa es una afirmación deprimente. Sin embargo muchas personas silenciosamente admiten para sí mismas que no valen nada. La madre soltera que no se siente amada; el niño o el adulto que nunca parecen hacer nada correcto a los ojos de sus padres; el empleado que fracasó otra vez en el trabajo; ellos y muchos otros sienten que no valen mucho. Tal vez usted se ha sentido de esa forma. ¿Hay algún área de su vida en la cual quiera sentirse mejor acerca de usted mismo?

Muchos dicen que usted puede construir una imagen propia positiva, enfocándose en sus habilidades, logros, posición social, recursos financieros o apariencia. Existe “ayuda” externa en forma de auto hipnosis, grupos de apoyo, técnicas de afirmación y de visualización, cirugía plástica, libros de autoayuda, Discos Compactos, Discos de Video Digital y otros intentos de construir la autoestima. Todos estos esfuerzos dan sólo un ascenso temporal y superficial. Finalmente prueban ser débiles esfuerzos para sentirse valioso.

Todos queremos tener un sentido de valor, amor y seguridad en nuestras vidas, pero no podemos

proporcionárnoslo a nosotros mismos. Pero Dios sí puede. Él nos lo da sin ningún costo a través de su Hijo, Jesús. Su Palabra nos dice que no nos enfoquemos en nosotros mismos sino en él, no para mirar lo que hemos hecho, sino lo que él ha hecho por nosotros a través de Jesucristo. Nuestro sentido de dignidad y valor—nuestra autoestima—se encuentra en el Salvador que vivió y murió en nuestro lugar.

Un hombre llamado Pablo se dio cuenta de eso cuando dijo: “Y ciertamente aun estimo todas las cosas como pérdida por la excelencia del conocimiento de Cristo Jesús, mi Señor. Por amor a él lo he perdido todo y lo tengo por basura, para ganar a Cristo” (Filipenses 3:8). En Jesús hallamos una posición ante Dios que nunca podríamos lograr, un amor de Dios que es infalible y la seguridad de por vida de saber que nuestro Salvador, quien nos ama, estará con nosotros, todos y cada uno de los días.

La manera en la cual Dios nos ayuda a reconstruir nuestra autoestima es mostrándonos a Jesús. Por favor visítenos para averiguar más acerca de su Salvador, quien vivió y murió por usted.