

UN APORTE PARA LA INTEGRACIÓN ENTRE LA VISIÓN
CRISTIANA DEL HOMBRE Y LA PSICOLOGÍA

María Lorena Diez Canseco Briceño
Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

UN APOORTE PARA LA INTEGRACIÓN ENTRE LA VISIÓN CRISTIANA DEL HOMBRE Y LA PSICOLOGÍA

A CONTRIBUTION FOR THE INTEGRATION BETWEEN THE CHRISTIAN
VISION OF MAN AND PSYCHOLOGY

María Lorena Diez Canseco Briceño
Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú



Llerena, X. (2016)

Criterios de salud psicológica según Albert Ellis y las enseñanzas de la Tradición Cristiana sobre las virtudes humanas. ¿Tienen relación Albert Ellis y la Tradición Cristiana?

Arequipa: Universidad Católica San Pablo.

ISBN: 978-9972-825-96-5, 219 págs.

El estudio llevado a cabo por Ximena Llerena es un aporte significativo para la reflexión psicológica, sobre todo en la línea de lograr una integración entre la práctica de la psicología y una visión cristiana del hombre. Esta labor es sumamente compleja, debido a que los fundamentos filosóficos y antropológicos en los que se sustentan muchas corrientes psicológicas de nuestro tiempo son contrarios a una visión en donde se considere la dimensión espiritual del ser humano y su sentido de trascendencia. La reflexión exhaustiva, seria y profunda

que hace Ximena en su libro busca encontrar diferencias y semejanzas entre los criterios acerca del hombre dados por la Tradición Cristiana y los criterios de salud psicológica de Albert Ellis.

El libro está dividido en tres capítulos, en el primero titulado *Aproximaciones generales*, la autora hace una revisión panorámica de los planteamientos principales; tanto de lo referido a la salud psicológica desde la perspectiva de Albert Ellis, en donde hace mención a los trece criterios, su relación con las ideas irracionales y el

desarrollo y evolución que han tenido a lo largo de su obra; así como el lugar que ocupan en la Tradición Cristiana y comprensión del hombre las virtudes morales e infusas o teologales.

El segundo capítulo se titula *Criterios de salud psicológica según Albert Ellis en relación con las virtudes enseñadas por la Tradición Cristiana*; en él se presentan los 13 criterios de salud psicológica planteados por Ellis: Interés personal, Interés social, Autodirección, Tolerancia, Flexibilidad, Aceptación de la incertidumbre, Compromiso con la creatividad, Pensamiento científico, Autoaceptación, Toma de riesgos, Hedonismo a largo plazo, No utopía y Responsabilidad por la propia perturbación; se describe cada uno de ellos —según los planteamientos de su autor—, para posteriormente reflexionar sobre la relación que cada uno de estos criterios puede tener con las virtudes planteadas por la Tradición Cristiana y con otros aspectos de la misma.

Es a partir de esta reflexión hecha, que podemos ver que sí existen muchos puntos de encuentro entre los planteamientos de Ellis y su Terapia Racional Emotivo Conductual y la Tradición Cristiana, ya que se pone en evidencia que dichos criterios de salud psicológica pueden ser comparados tanto con virtudes morales como con virtudes teologales; sin embargo, la reflexión hecha por Ximena Llerena en este libro, también pone en evidencia grandes diferencias entre ambos postulados, sobre todo en lo referido a los fundamentos antropológicos de la naturaleza humana.

La revisión detallada de cada criterio de salud psicológica y su relación con las virtudes humanas, nos muestra una ausencia de visión trascendente y profunda acerca de la persona humana por parte de Ellis; nos muestra una visión del hombre limitado a lo inmanente y a la búsqueda de su propia satisfacción, bienestar y placer. Así mismo, en muchos criterios se evidencia una visión relativista de la verdad y el mundo, lo que trae consigo una negación de una Verdad absoluta y una realidad que «está allí» e invita al hombre a que pueda conocerla y comprenderla.

El capítulo tercero: *Contrastación de los criterios de salud psicológica de Albert Ellis con las enseñanzas de la Tradición Cristiana*, procura llevar a cabo una integración entre ambas posturas, lo que llevará a una mayor y mejor comprensión de la relación existente entre las mismas. Llerena encuentra nueve puntos importantes de coincidencias, los cuales son: Amor a sí mismo, Sacrificio, Vida en comunidad, Visión del futuro, Asumir riesgos, Responsabilidad, Resistir a las incomodidades, Posibilidad de cambio y Conocimiento de la realidad; en estos puntos de coincidencia, se agrupan varios criterios de salud psicológica y virtudes morales e infusas; y como resultado podemos darnos cuenta de que desde ambas posturas se pone énfasis en la consideración de ciertos rasgos y características de la persona humana que apuntan a su perfección y desarrollo pleno.

En el caso de los planteamientos de Albert Ellis, podemos observar que la finalidad a

la que considera está llamada la persona, es a una felicidad terrena en donde se priorizan aquellos objetivos que lleven a una plena experiencia de satisfacción, bienestar y placer en la persona, sin que esto implique negar el bienestar de los demás, sino más bien que éste se considera importante y necesario para una adecuada convivencia.

En el caso de los planteamientos de la Tradición Cristiana, la finalidad del ser humano va más allá de lo terreno, y trasciende a lo espiritual y a la búsqueda de la felicidad en el encuentro con Dios y en el seguimiento de los postulados cristianos; para ello el desarrollo de virtudes se considera imprescindible, ya que las mismas se encargan de perfeccionar cada una de las potencias de la persona humana.

Ambos planteamientos tienen muchas similitudes en cuanto a las maneras para alcanzar la finalidad que se busca; vemos cómo muchas de estas maneras planteadas por Ellis, se pueden comparar con el desarrollo de distintas virtudes planteadas por la Tradición Cristiana; la gran diferencia radica en los criterios y postulados de fondo o que sustentan la

comprensión de la realidad de la persona humana y en la finalidad última a la que se tiende.

Con la lectura de este libro se pone en evidencia que los postulados de la Tradición Cristiana, y sobre todo, la vivencia de virtudes no son temas ajenos a la comprensión de la persona humana desde un punto de vista psicológico, sino más bien todo lo contrario, son temas estrechamente relacionados a la psicología. Si bien el texto hace la comparación de la Tradición Cristiana y la vivencia de virtudes, específicamente con los trece criterios de salud psicológica de Albert Ellis; a partir de las conclusiones a las que se arriba, considero que el presente estudio abre una puerta para que en futuras investigaciones se puedan seguir buscando similitudes y puntos de encuentro entre la Tradición Cristiana y diferentes corrientes de la psicología contemporánea, y de esta manera, enriquecer los aportes de las diferentes corrientes psicológicas para poder tener una aproximación hacia la persona humana a partir de una comprensión más profunda y trascendente de su naturaleza y finalidad.