

Qué es la esperanza? El renombrado escritor uruguayo José Enrique Rodó trata de explicar qué es la esperanza con la parábola de una mujer que sueña con el día de su boda. En su delirio, la pobre enajenada ceñía "cada mañana, a su frente pálida, la corona de desposada", suspendía de su afiebrada cabeza el velo nupcial, y, "con una dulce sonrisa, disponíase luego a recibir al prometido ilusorio". Cuando "las sombras de la tarde, tras el vano esperar, traían la decepción a su alma, su locura tomaba un melancólico tinte. Pero la ingenua confianza reaparecía con la aurora siguiente y . . . volvía a ceñirse la corona y el velo y a sonreír en espera del prometido".

Así Rodó concibe la esperanza: como la fantástica ilusión de un futuro quimérico. Como un seductor producto de la imaginación, la esperanza intenta ocultar o encubrir la amenaza de las desdichas, pobreza, frustraciones y los tantos desencantos con que nos hiere la cruel realidad.

Rodó no es el único que tiene esa idea de la esperanza. Pensadores y escritores famosos como Spinoza, Goethe, Schiller, Marx, Nietzsche y Shelley consideran la creencia en el futuro como el refugio imaginativo de las almas débiles. Goethe, por ejemplo, decía que la esperanza, junto con el temor, son los dos más grandes enemigos del hombre. Promovía el ideal del hombre libre de esperanzas y temores, es decir, sin las ansiedades despertadas por las expectativas y lo desconocido. La mayoría de la iconografía grecorromana representaba la Esperanza como una ninfa sonriente, alada, coronada de flores y cargada de frutos: una deidad alegórica, hermana del Sueño y de la Muerte.

Una definición de la esperanza

Los estudiosos de la conducta humana a menudo describen la esperanza como una actitud vital en la vida humana, que presenta un carácter polifacético:

- Un sistema de cogniciones con expectativas positivas acerca de sí mismo y del propio futuro.
- Un aspecto emocional: la esperanza produce un sentimiento de consuelo, tranquilidad, seguridad y confianza.
- Un comportamiento centrado en la idea de libertad, no de fatalidad ni de predestinación, sino de que el hombre es artífice de su propio destino.
- Un sentido interrelacional, que influye en crear un diálogo más espontáneo, sincero y colaborador.

- Un conjunto de valores y creencias que hacen de la esperanza la expresión de fe en la vida, confianza en el futuro, orientación productiva y fortaleza espiritual.

Alberto Camus dijo una vez que encontraremos la esperanza en el fondo de la desesperanza. Esto significa que para él ambas están vinculadas, que la esperanza y la desesperanza no son cosas disociadas y distantes, sino constituyen una unidad. Pueden ser dos polos en estado de tensión o en relación dialéctica, enlazados en esa lucha

Esperanza, Religiosidad y Salud Mental

dramática entre el hábito de la esperanza y el pesimismo desesperanzado que suele llevar al abatimiento y a bajar los brazos, o al espíritu de lucha que se ilumina con la fe de un futuro mejor.

A menudo esta tensión entre esperanza y desesperanza comprende un complejo multidimensional constituido por un sentido prospectivo-retrospectivo, de optimismo-pesimismo, de novedad-repetición, de libertad-fatalismo, fortaleza-derrotismo, confianza-desconfianza, de orientación productiva-destructiva.

Mario
Pereyra

La dimensión bíblica

Para los cristianos la esperanza está basada en las promesas de Dios y la seguridad del poder del Espíritu Santo. Como resultado, a pesar de las circunstancias, la esperanza permanece.

La Biblia presenta la esperanza como uno de los ingredientes esenciales de la vida humana. Adquiere la forma de un arco policromático que domina el cielo después del diluvio, conteniendo la promesa de que jamás ocurrirá otro cataclismo semejante. Aparece en la promesa de Dios al anciano Abrahán, de que será el padre de muchas naciones. Es la valentía que le da sentido al terrible sufrimiento de Job. Es la luz guiadora para el pueblo de Dios que atraviesa el desierto buscando los horizontes de una tierra prometida. Es un ancla que da seguridad al viaje misionero de Pablo. Es la fe bíblica, poder divino, promesa que se fundamenta en Dios, en su amor, provistos para el ser humano.

Rudolf Bultmann² sintetiza la concepción bíblica de la esperanza con las siguientes ideas básicas:

- La esperanza está constantemente esperando que pase algo bueno.
- La esperanza significa tener un futuro.
- La esperanza se identifica con la confianza.
- La esperanza tiene como objeto principal a Dios.

- La esperanza implica aguantar, resistir, perseverar.
- La esperanza considera la posibilidad de cambio, aún en situaciones críticas.

Un cambio de perspectivas

Tradicionalmente se ha considerado a la esperanza como un elemento constitutivo de la fe religiosa. El libro a los Hebreos dice que la fe es "la certeza de las cosas que se esperan" (Hebreos 11:1). Pablo considera la esperanza como una de las tres virtudes teologales (1 Corintios 13:13), basado en lo que Dios puede hacer ahora (1 Timoteo 5:5) y en lo que planea hacer en el cumplimiento escatológico (2 Corintios 3:12; Romanos 8:18-23; 1 Tesalonicenses 4:13).

Los reformadores protestantes identificaron la esperanza humana con la confianza en Dios y en su gracia salvífica. Los siglos XVII y XVIII vivieron un cambio gradual de fe a razón, en tanto que en el siglo XIX, por la influencia de Kierkegaard, Schopenhauer y Unamuno, se puso énfasis en el pesimismo y la desesperanza. Este movimiento descalificador de la esperanza religiosa encuentra su expresión máxima a mediados del siglo XX con autores como Heidegger y Sartre. Sin embargo, en las últimas décadas ha surgido un fuerte movimiento desde la teología, particularmente en las obras de J. Moltmann, J. B. Metz, E. L. Fackenheim y H. Cox, que

ha puesto nuevamente el énfasis en el aspecto religioso de la esperanza.

Esperanza y salud mental

Desde hace varias décadas las investigaciones han puesto de manifiesto la importancia etiopatogénica de la desesperanza, lo que G. Engel y A. Schmale han descrito como el "síndrome de renuncia"³, esto es, sentimientos de desamparo y renuncia, impotencia, imposibilidad de recibir ayuda y pérdida de confianza en las relaciones interpersonales, los cuales afectan el sistema biológico haciendo que la persona busque refugio aferrándose al pasado y pierda interés en proyectos para el futuro. Otros autores identifican la desesperanza con el pesimismo⁴, en tanto los enfoques cognitivos la relacionan con la conducta del "desamparo aprendido" (learned helplessness)⁵. La desesperanza ha sido identificada como una de las características de la depresión, la melancolía, la esquizofrenia, el alcoholismo, la drogadicción, las conductas antisociales y una de las variables de más peso en los procesos suicidógenos.

Por su parte, las investigaciones centradas en la esperanza como promotora de la salud mental y del bienestar físico general vienen encontrando evidencias crecientes. Snyder y otros informan que las personas con un alto grado de esperanza manifiestan bajo nivel de problemas psicológicos severos y poseen una percepción más positiva de los estímulos de la vida⁶. A pesar de todos estos estudios, la literatura e investigación todavía presentan carencias importantes en esta área.

Esperanza y salud mental en la tercera edad

Con el propósito de estudiar la relación entre la esperanza, la religiosidad y la salud mental diseñamos un proyecto a ser llevado a cabo en la comunidad. Elegimos personas de la tercera edad, hipotetizando que es una etapa más vulnerable o sensible a la desesperanza, como ha sido reconocido por autores como Farran y Popovich⁷.

Asimismo, para correlacionar la esperanza y la religiosidad elegimos una población de adventistas (n=61), por el alto contenido de esperanza que presenta la doctrina adventista. Nuestra investigación se centró en la comunidad de Villa Libertador San Martín (Entre Ríos, Argentina), por constituir un centro adventista importante de Sudamérica. Comparamos esta comunidad con otra población cercana que no profesa la religión adventista (n=65). Administramos el

La verdadera religión conduce al hombre a la armonía con las leyes físicas, mentales y morales de Dios. Enseña el dominio propio, la serenidad y la temperancia. La religión ennoblece la mente, refina los gustos y santifica el juicio. Hace del alma un partícipe de la pureza del cielo. La fe en el amor de Dios y la providencia soberana alivian la carga de la ansiedad y la preocupación. Llena el corazón de gozo y contentamiento tanto ante un destino elevado como ante el más humilde. La religión tiende a promover la salud, a prolongar la vida y a elevar nuestro gozo en todas sus bendiciones. Abre el alma a una fuente imperecedera de felicidad.

—ELENA G. WHITE

Test de Esperanza-Desesperanza (TED) que desarrolló el autor⁸, el *Herth Hope Index* (HHI)⁹, el *Hopelessness Scale* (HS) de A. Beck¹⁰, el *Intrinsic Religious Motivation Scale* (IRM) de Hoge¹¹, y el Cuestionario de Síntomas para la Detección de Problemas Mentales (SQD) de C. Climent y otros¹². Todos los instrumentos demostraron ser útiles, versátiles y con un alto índice de validez y confiabilidad.

La muestra total estuvo constituida por 126 personas (72 mujeres=57,1% y 54 hombres=42,9%), entre 65 y 70 años, la mayoría casados, jubilados y por lo menos con educación primaria completa. Los resultados más importantes fueron¹³:

1. Los adventistas alcanzaron un puntaje de esperanza significativamente más alto que los no adventistas.
2. A mayor grado de esperanza (según la medida de TED) se informan menos problemas de desórdenes mentales en el SQD.
3. Se encontró una correlación moderada entre las variables de religiosidad intrínseca (fe y valores internalizados más que rituales legalísticos) y desórdenes mentales (49, $p < .001$)
4. Las variables de edad, sexo, estado civil y nivel de escolaridad no presentaron correlaciones con la esperanza y el estado de salud mental.

En síntesis, los datos se orientan hacia la idea de que la esperanza —y en nuestro estudio, la esperanza adventista— es una condición que favorece la salud mental. Asimismo, las convicciones religiosas intrínsecas (no las formales o "extrínsecas" como el mero cumplimiento de los rituales y las normas) están correlacionadas con la esperanza y la salud mental. Estos resultados son coherentes con otros estudios sobre religiosidad y esperanza en la tercera edad¹⁴, y con pacientes sidóticos¹⁵.

La esperanza cristiana, anclada en las promesas de un Dios amoroso preocupado por cada uno individualmente, constituye un factor clave en la salud mental, que provee sentido y equilibrio emocional aún en la edad avanzada. Como escribiera Pablo a un grupo de los primeros creyentes cristianos: "Que Dios, que da esperanza, los llene de alegría y paz a ustedes que tienen fe en él, y les dé abundante esperanza por el poder del Espíritu Santo" (Romanos 15:13, DHH). □

Mario Pereyra, de origen uruguayo, es psicólogo clínico del Sanatorio Adventista del Plata y docente de la Universidad Adventista del Plata, en Argentina. Ha publicado muchos artículos (incluso "Historia de dos hermanos", *Diálogo* 2:3) y es el autor de dos libros: *Psicología de la esperanza* (Universidad Adventista del Plata, 1992) y *Psicología del perdón* (Universidad Adventista del Plata, 1993).

Notas y Referencias

1. En su libro *Ariel*, en *Obras Completas de José Enrique Rodó* (Montevideo: Ministerio de Instrucción Pública y Previsión Social, 1958), t. 2.
2. Rudolf Bultmann, *The Old Testament View of Hope*, pp. 521-523.
3. G. L. Engel, "A Life Setting Conducive to Illness: The Giving Up—Given Up Complex", *Bulletin of the Menninger Clinic*, 1968, pp. 355-365.
4. A. T. Beck, y otros, "The Measurement of Pessimism: The Hopelessness Scale", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1974, pp. 861-865.
5. S. F. Maier y M. E. P. Seligman, "Learned Helplessness: Theory and Evidence", *Journal of Experimental Psychology*, 1974, pp. 3-46.
6. C. R. Snyder y otros, "The Will and the Ways:

Development and Validation of an Individual-Differences Measure of Hope". *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, pp. 570-583.

7. C. J. Farran y J. M. Popovich, "Hope: A Relevant Concept for Geriatric Psychiatry", *Archives of Psychiatric Nursing*, 1990, pp. 124-130.
8. Mario Pereyra, *Psicología de la Esperanza*. Universidad Adventista del Plata, 1992.
9. K. Herth, "Development and Refinement of an Instrument to Measure Hope", *Scholarly Inquiry for Nursing Practice, An International Journal*, 1991, pp. 39-51.
10. Beck y otros, Op. cit.
11. D. R. Hoge, "A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale", *Journal for the Scientific Study of Religion*, 1972, pp. 369-376.
12. C. E. Climent y otros, "El Cuestionario de Síntomas para la Detección de Problemas en Adultos", *Acta Psiquiátrica y Psicológica para América Latina*, 1989, pp. 124-131.
13. Para solicitar más información sobre este estudio escriba al autor: Juan S. Bach 224, 3103 Villa Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina.
14. C. G. Walton y otros, "Psychological Correlates of Loneliness in the Older Adult", *Archives of Psychiatric Nursing*, June 1991, pp. 165-170.
15. V. Carson y otros, "Hope and Spiritual Well Being: Essentials for Living With AIDS", *Perspectives in Psychiatric Care*, 1990, pp. 28-34.



"Si es tan lindo aquí, ¿cómo será en el cielo en un día como hoy?"

"DENNIS THE MENACE", usado con permiso de Hank Ketcham y © por North America Syndicate.