Cuando decidí estudiar Psicología Organizacional, recuerdo que mi mamá tenía una preocupación bastante particular:

“¿Psicología? Ahí puedes perder la fe”.

Y aunque en ese momento podía parecer exagerado, con los años entendí de dónde venía esa inquietud. Durante mucho tiempo hemos escuchado hablar de psicología y fe como si fueran dos mundos que difícilmente pueden encontrarse. Como si para entrar al consultorio hubiera que dejar las creencias en la puerta.

Así que decidí comenzar por la pregunta más evidente:

“Natalia, ¿consideras importante que el terapeuta comparta la fe de su paciente?”

“Sí, para mí es importante por varias razones.

En primer lugar, me parece fundamental reconocer que la tarea del psicólogo no consiste únicamente en aliviar síntomas, sino también en ayudar a la persona a comprenderse y orientarse hacia su bien.

Hay síntomas, técnicas y herramientas psicológicas que son muy útiles. Por ejemplo, podemos ayudar a una persona a cuestionar un pensamiento que le genera ansiedad, culpa o tristeza y preguntarnos si ese pensamiento es verdadero o está distorsionado. Sin embargo, desde una visión católica la pregunta no termina ahí: también buscamos conocer la verdad a la luz de Dios.

Además, no podemos comprender completamente a la persona sin una antropología que contemple al ser humano de manera integral: con cuerpo y alma espiritual, dotado de inteligencia, voluntad y libertad.

La inteligencia busca la verdad; la voluntad nos permite construir hábitos según aquello que consideramos bueno para nosotros. El problema es que no siempre lo que creemos que nos conviene o aquello que percibimos como verdadero realmente lo es. Y esos desórdenes también pueden afectarnos”.

Mientras la escuchaba pensaba en todas aquellas veces en las que había escuchado hablar de psicología y fe como si necesariamente una tuviera que cancelar a la otra.

Así que quise ir un poco más lejos:

“Entonces, ¿qué beneficio puede tener para una persona que su terapeuta, además de ser profesional, viva y comprenda su fe?”

“Creo que hay algo muy bonito y es que están hablando el mismo lenguaje.

Eso permite comprender la dimensión espiritual como parte de la vida de la persona y acompañarla desde una visión integral, sin reducirla únicamente a síntomas o comportamientos.

También creo profundamente en la gracia actuante. Para mí es importante la propia vida de gracia del psicólogo y la oración de intercesión por los pacientes.

Claro que existen herramientas clínicas y un trabajo profesional que realizar, pero desde nuestra fe también reconocemos la oración, los sacramentos y la vida de gracia como parte de ese camino espiritual de la persona”.

En ese momento no pude evitar acordarme nuevamente de mi mamá.

Así que se lo conté:

“Cuando yo estudié mi carrera, mi mamá me decía que tuviera cuidado porque estudiando Psicología podía perder la fe. ¿Durante tu preparación sentiste que tu fe se pusiera a prueba?”

“Sí se estudian corrientes de pensamiento que pueden ir en contra de aquello que la religión católica profesa o cree.

Sin embargo, considero que teniendo bases sólidas, formación católica y verdaderas ganas de aprender y buscar la verdad, eso no debería convertirse en un motivo para no estudiar Psicología.

Al contrario, la razón también forma parte de nuestra naturaleza”.

Y aquí la conversación comenzó a ponerse todavía más interesante para mí.

Porque ya no estábamos hablando únicamente de si un psicólogo puede ser católico. La pregunta era mucho más profunda:

¿Cómo pueden caminar juntas la psicología y la fe sin que una intente sustituir a la otra?

“Yo hablaría de dos cosas. La primera es precisamente fe y razón.

Hay muchas cosas que tienen una explicación científica y que complementan muy bien la fe, porque la razón forma parte de nuestra esencia.

Pero también existen lugares hasta donde la razón ya no llega, y es ahí donde entra la fe. Sin ella, muchas situaciones de nuestra vida podrían quedarse sin sentido.

Yo lo explicaría así: la psicología ayuda a ordenar la cabeza; cuando ese orden se orienta hacia Dios, todo trasciende.

Por ejemplo, el sufrimiento por sí solo puede parecernos absurdo, pero desde la fe puede adquirir un sentido diferente.

La segunda cuestión es desde dónde estamos entendiendo al ser humano.

Si partimos de una antropología cristiana, contemplamos a la persona de manera integral, con inteligencia, voluntad y libertad.

La inteligencia busca la verdad. La voluntad se dirige hacia aquello que reconocemos como un bien y va formando nuestros hábitos. Y la libertad nos permite actuar a partir de aquello que nuestra inteligencia y voluntad reconocen.

El problema es que todos actuamos hacia aquello que creemos que es bueno para nosotros, pero no siempre lo que creemos bueno está conforme con la verdad.

Por eso para mí también es tan importante la Palabra de Dios.

Jesús dice: *'Conocerán la verdad, y la verdad los hará libres'* (Juan 8,32), y también: *'Yo soy el camino, la verdad y la vida'* (Juan 14,6).

En Jesús encontramos el perfeccionamiento del ser humano. Cuando tenemos la gracia de conocerlo, conocer sus enseñanzas y comenzar a practicarlas, vamos ordenando nuestra vida hacia Él, caminando hacia la santidad y encontrando también un sentido distinto a las situaciones difíciles que vivimos".

Después de escucharla, recordé aquella preocupación que acompañó el inicio de mi propia carrera y pensé que probablemente el problema nunca fue estudiar Psicología.

Quizá el error está en pensar que necesariamente tenemos que elegir entre comprender nuestra mente y cultivar nuestra alma.

Natalia me estaba mostrando algo diferente: una profesional que estudió, se especializó y utiliza herramientas clínicas, pero que al mismo tiempo no considera que su fe tenga que esconderse para ejercer su profesión.

Y tengo que admitir que me sorprendió.

Porque después de tantos años de escuchar que psicología y fe podían estar peleadas, terminé sentado frente a una psicóloga explicándome exactamente lo contrario:

La razón puede ayudarnos a comprender muchas cosas sobre nosotros mismos y la fe puede

iluminar hacia dónde queremos orientar aquello que descubrimos.

Tal vez la pregunta nunca debió ser:

“¿Psicología o fe?”

Sino:

“¿Qué sucede cuando ponemos nuestra inteligencia, nuestra voluntad, nuestra libertad y también nuestra fe al servicio de la búsqueda de la verdad?”

Porque para quienes creemos en Cristo, esa búsqueda tarde o temprano termina encontrándose con sus palabras:

“Yo soy el camino, la verdad y la vida”.