

AUTOESTIMA

El cuento del elefante y de la estaca

Mientras alguien paseaba por el zoológico, se detuvo confundido al darse cuenta de que a los elefantes sólo los retenían con una delgada cuerda atada a una de sus patas delanteras y que se anclaba en una estaca, sin cadenas ni jaulas. Era obvio que los elefantes podían romper la soga que los ataba en cualquier momento pero, sin embargo, por alguna razón no lo hacían.

En ese momento, se acercó a uno de los cuidadores en busca de una respuesta y éste le dijo: Bueno, cuando son muy jóvenes y mucho más pequeños, usamos una soga del mismo tamaño para atarlos y, a esa edad, es más que suficiente para retenerlos. A medida que crecen -prosiguió el cuidador-, siguen creyendo que no pueden escapar; creen que la soga aún los retiene, así que nunca intentan liberarse.

La persona quedó boquiabierta. Los elefantes podían liberarse de sus ataduras en cualquier momento pero porque creían que no podían ni siquiera lo intentaban, y eso era suficiente para mantenerlos paralizados.

AUTOESTIMA



Lee tranquilamente el cuento del elefante y la estaca y reflexiona sobre estos puntos:

1. ¿Qué mensajes o ideas unían al elefante a aquella estaca?

2. ¿Qué mensajes a ti te han hecho estar “anclado a una estaca” a lo largo de la vida?

3. ¿Qué te gustaría mejorar en ti mismo?

4. ¿Cuáles son las 5 cosas que más valoras de ti mismo?

1. ----- 2. ----- 3. ----- 4. ----- 5. -----