

## ¿CÓMO AFECTA LA MENTIRA A NIVEL PSICOLÓGICO?



Lisa A - Shutterstock

Orfa Astorga - publicado el 10/08/21

*La mentira es el falseamiento de la inteligencia y de la voluntad cuando no se quiere andar en la verdad de sí mismo y de las demás personas*

La falta de sinceridad, es un defecto moral que puede constituirse en una alteración gradual de la personalidad hasta llegar a desencadenar serias patologías; pues para mentir es necesario primero mentirnos a nosotros mismos, es decir, negarnos como personas.

Y, es por esta negación, que no se puede saber en qué medida la persona ha abierto las puertas al mal en su intimidad, solo para convertirse en el mayor ignorante de su dignidad, lo que es en sí, una patología.

No existe unidad entre lo que piensa, dice y hace.

Por mentir, la luz personal se opaca o apaga totalmente; sin embargo, siempre puede volver a encender, mas... **¿cómo lograrlo cuando no se siente el mal en la conciencia y el corazón se ha endurecido?**

## **Un camino**

Las personas que vencidas por alguna forma de dolor moral han asistido a ayuda especializada, pueden descubrir las raíces de sus mentiras en la parte vulnerable de su personalidad, ahí donde se encuentran eslabonados el problema psicológico y la libertad mal empleada.

Algo que deja ver claro dos cruciales preguntas como:

**¿Por qué suele contar las cosas como no son?** En las respuestas pronto aparecen las raíces de la inseguridad, vanidad, baja autoestima, justificación, salir del paso, orgullo...

Se trata de motivos poco premeditados, que se deben más a la falta de verdadero carácter e inmadurez de quien busca retener el afecto o una cierta imagen ante los demás; pero corre el riesgo de terminar con una conciencia deformada, pues si bien, tal vez nadie sepa que miente, el sí lo sabe.

Lo cierto es que la verdadera dignidad no debe depender de la opinión ajena, sino de la capacidad de rectificar siempre, haciendo pie en la propia existencia, y experimentando que se puede recibir comprensión, consejo y afecto sincero, si en vez de mentir, nos mostramos como somos.

El no hacerlo, forma un dique a las posibilidades de crecer en virtud por el propio autoconocimiento y autosuperación.

**¿Por qué mintió hablando mal de otras personas?** Aparecen la envidia, celos, odio, resentimientos, revanchismo, frustración...

Se trata de motivos con un mayor componente de premeditación y malicia. En ellos, los profundos complejos y traumas psicológicos se encuentran eslabonados con la conciencia deformada y una libertad mal empleada, de quien sintiéndose agraviado real o imaginariamente, es incapaz de perdonarse y perdonar.

En sus mentiras aparece siempre la amargura del propio fracaso.

Su actitud de ordinario, es atentar contra la buena fama del prójimo, aun cuando le resulte un desconocido, y muchas veces en una equivocada forma de socializar, dañando su propia imagen sin darse cuenta.

Quién miente por estos motivos, piensa no necesitar de una sana intimidad compartida con los demás, y termina aislándose.

### ¿Cuál el enfoque de una terapia eficaz?

En el origen de todo problema psicológico y moral, siempre existen tres posibles causas invalidantes, y su contraparte positiva:

Mala voluntad (no querer) | Buena voluntad (querer).

Ignorancia (no saber) | Formación para andar en verdad (saber).

Incapacidad (no poder) | Salud psíquica y fe en Dios (poder)

**La buena voluntad.** Parte del corazón mismo de la persona que desea pasar por un proceso de purificación, sin asombrarse o dejarse abatir por nuevas caídas, para levantarse una vez más y rectificar.

La buena voluntad, resuelve, por así decirlo, la mitad del problema.

**Saber.** Orientar la formación de la conciencia en moral fundamental, evitando una ignorancia culpable.

**Salud psíquica (poder).** Destabar y sanar alteraciones desde su raíz, de manera que la persona logre el autoconocimiento necesario para descubrir en los diferentes escenarios de su vida, cuando se manifiesta su proclividad a la falta de sinceridad, y aprender a evitarlo.

**Fe en Dios (poder).** Independientemente de la forma de credo que se profese, es necesaria la fe en Dios, para purificar el corazón y orientarlo a lo más importante de la vida, que es amar cada vez más y mejor, como el mejor camino para una vida lograda.