
Jueves 02 de Septiembre 2021 | Matutina para Mujeres | Si te sientes bien, te ves bien – II

Descripción

Si te sientes bien, te ves bien – II



[Escuchar Matutina](#)

“Yo te llevo grabada en mis manos” (Isa. 49:16).

Cuando Dios transforma nuestro corazón y empieza a obrar en nuestro carácter, la vida deja de girar en torno a nuestro ego; dejamos de estar centradas en nuestra lástima y podemos concebir a los demás como seres valiosos por el hecho de que han sido creados y redimidos. Sobre esta base es que nace la auténtica cortesía, la verdadera sensibilidad (que no es sensiblería), y una manera de ser empática hacia los demás, especialmente con los que sufren. Toda esta transformación interna que se manifiesta en nuestro trato externo, abre una puerta de luz en nuestras relaciones humanas. ¡Y vaya si hacen falta puertas de luz en esta sociedad polarizada en la que vivimos!

Ahora bien, hay algo que debes tener claro: el hecho de que estés siendo transformada por Dios, de que estés además en armonía contigo misma y de que trates bien a los que te rodean no significa necesariamente que tendrás la amistad y la simpatía de todos. Sí te proveerá satisfacción, pues alimentará tu sentido de valía personal y tu concepto de que estás en el camino que Dios indica, pero la respuesta de los demás no está en tu mano. Crearte expectativas al respecto sería un grave error. Por eso, querida amiga, no te preocupes por caer bien a los demás; preocúpate por caerte bien a ti misma estando en paz con Dios. Esto incluye gozar de tus atributos físicos, aceptar tus cualidades emocionales y espirituales, y desarrollar al máximo tus capacidades intelectuales.

Cultiva las actitudes que te ayudarán en tus relaciones interpersonales, como el optimismo, hacer saber a los que te rodean que son importantes para ti, poner límites saludables o aprender a lidiar con la crítica, pues siempre estamos expuestas a ella. Cuando seas objeto de crítica, cuenta hasta veinte antes de responder, responde con una palabra que te muestre tranquila y amable, nunca contestes a una declaración ofensiva y deja que los que te critican se vayan sin nuevas críticas por causa de tu reacción. Sencillamente, no reacciones.

Habla siempre de los demás en los términos en que te gustaría que ellos se refieran a ti; si no lo puedes hacer, no digas nada. Sé auténtica; y recuerda: si te sientes bien, te ves bien. Es una fórmula sencilla pero eficaz.