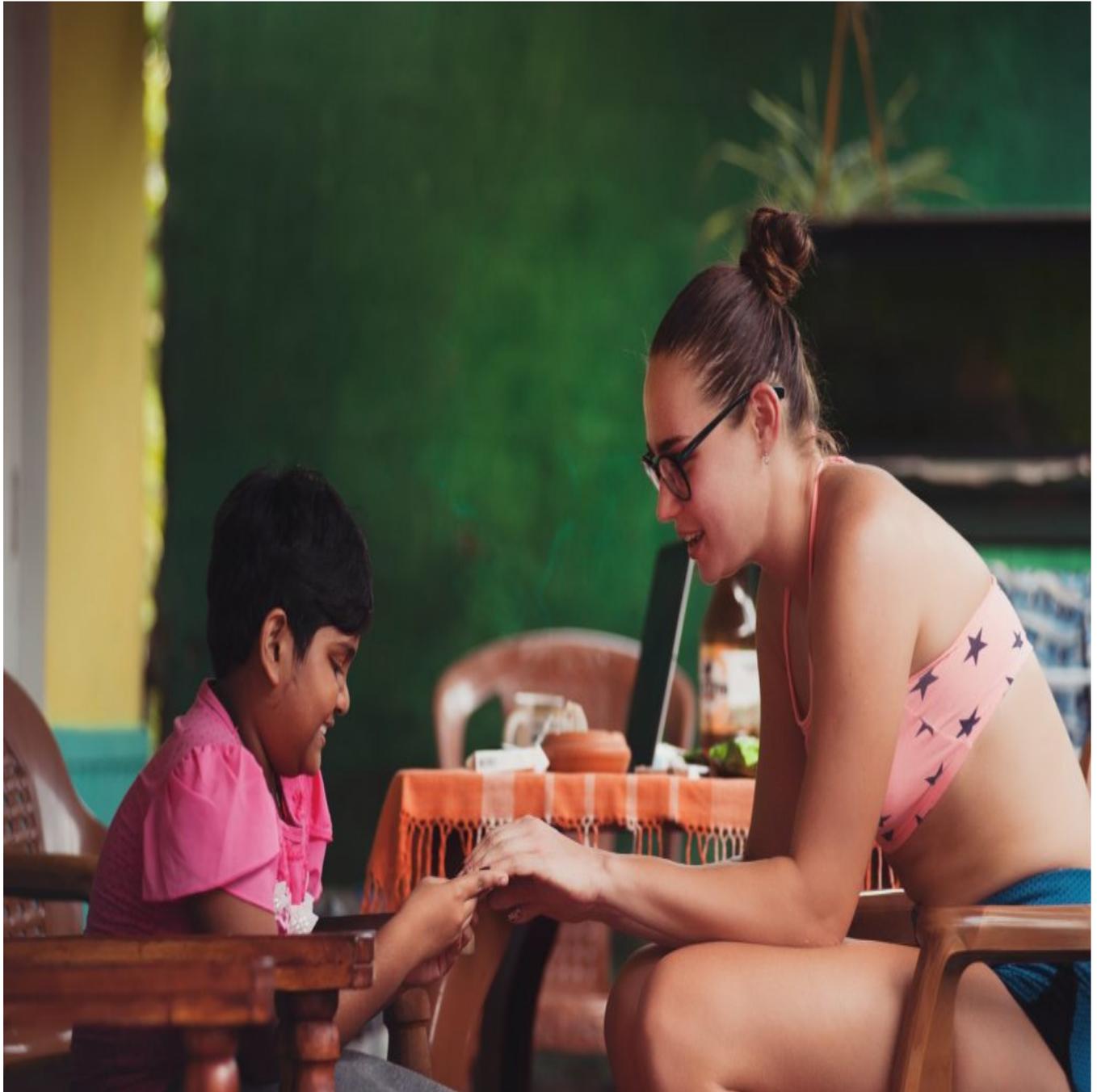


Matutina para Mujeres 10 de Febrero de 2021

Descripción



Lo que piensas de ti misma

“Ninguno piense de sí mismo más de lo que debe pensar. Antes bien, cada uno piense de sí con moderación, según los dones que Dios le haya dado junto con la fe” (Rom. 12:3).

El amor y las expresiones de afirmación que damos a otros tienen una relación directa con el amor y la estimación que sentimos por nosotras mismas. Sin embargo, el hecho de que nos amemos a nosotras mismas es considerado por muchos como un signo de **soberbia o egocentrismo**. Con esa forma de ver las cosas, negamos nuestra individualidad, y nos criticamos y juzgamos sin compasión. Como bien afirma **Bárbara de Angelis**: “Si tienes dificultades para amarte a ti, tendrás dificultades para amar a otros, ya que resentirás el tiempo y la energía que le das a otra persona en lugar de dártelos a ti”.

El único parámetro bíblico que nos da luz acerca de este asunto dice:

“Ama a tu prójimo como a ti mismo” (Mat. 22:39).

Con esto se entiende que el amor que damos a otros es una réplica del amor que nos damos a nosotros mismos. De esta forma, el amor propio es el que nos lleva a respetar, apreciar, no juzgar y tener consideración por los otros. Ahora bien, ninguno piense de sí mismo más de lo que debe pensar. Como en todo, el justo equilibrio es la clave.

Para la mujer cristiana, el amor propio tiene que ver con su condición de hija de Dios. Criticar, menoscabar y despreciar constantemente la actuación propia es no valorar esa creación de Dios que eres tú. Aplicando ese rasero a ti misma, con certeza se lo aplicarás a los demás.

Amiga, quererte a ti misma es también nutrir tu cuerpo con alimentos sanos, vigilar apropiadamente las **avenidas del alma**, es decir, tener cuidado con lo que entra por tus oídos, tus ojos y tu boca. También incluye regocijarte por tus cualidades personales y celebrarlas, pues son dones de Dios para tu desarrollo.

Para que logres un sentido de valor personal sano y equilibrado es importante que:

- Revises tu concepto de lo que significa ser mujer a la luz de la Biblia. Aprendas a autocriticarte sin descalificarte.
- Seas competente, mas no competitiva.
- Reconozcas tus emociones y sentimientos.
- Refuerces cada día tu creencia en ti misma.

Eres afortunada, porque eres amada por Dios. Ante tus errores, no te culpes; corrige. Ante tus problemas, busca soluciones. Ante tus tristezas, busca consuelo en Dios y en quienes te aman. Nunca desistas.