
Matutina para Mujeres | Jueves 02 de Mayo de 2024 | Nuestra manera de pensar

Descripción



Nuestra manera de pensar

¿Nada ofrece a la vida más significado que la constatación de que cada momento de sensibilidad es un don precioso? • **Steven Pinker**

Una mujer estaba lista para salir en su primera cita con un hombre después de haber estado casada veinte años y haber pasado por un amargo divorcio. Había conocido a este nuevo prospecto a través de las redes sociales y le había parecido agradable y muy interesado en ella. Así que se compró un vestido y acudió a la cita. A los diez minutos, el hombre abruptamente le dijo: *¿No estoy interesado. Lo siento, me voy?* • Y se fue.

El dolor que sintió ella por causa de aquel rechazo fue tan grande que se quedó paralizada, hasta que entendió que necesitaba hablar con su mejor amiga. Su mejor amiga le dijo: *¿Qué esperabas? Eres una mujer divorciada con unas caderas enormes y nada interesante que decir. ¿Qué hombre querrá salir con una mujer así?* •

Supongo que a estas alturas estás más asombrada por las palabras de la *¿amiga?* • que por la experiencia de rechazo de un desconocido. Yo también lo estaba cuando escuché la historia. Pero más me chocó descubrir que esas palabras provenían de su propia mente. Era ella quien se estaba dando ese mensaje a sí misma. Quien debiera ser su mejor amiga (ella misma) se posicionó del lado de quien la rechazó.

Nuestro diálogo interno nos engaña; es como tener una amiga con cambios abruptos de humor: un día nos apoya y anima; al otro, nos critica y descorazona. Por eso no tenemos que creernos inmediatamente lo que nos decimos a nosotras mismas de nosotras mismas; debemos aprender a gestionarlo. Un primer paso es recordar dos cosas sobre nosotras mismas que derivamos de la Biblia: somos valiosas porque Dios nos creó a su imagen y porque su Hijo nos redimió a costa de su propia vida. Que un hombre nos rechace como posible pareja no nos resta valor, ni da la razón a nuestros pensamientos destructivos.

Ponernos adjetivos negativos nos impide percibirnos como realmente somos: obras en proceso que tienen a su disposición la ayuda del Espíritu Santo, y cuyo concepto de sí mismas no se puede basar en una voz humana, sino en la Palabra de Dios (la Biblia nos dice quiénes somos en Dios). Creamos en Él, creamos en los dones y talentos que nos ha dado, y reduzcamos el impacto sobre nuestras vidas de un diálogo interno que nos hace percibirnos como lo que no somos y proyectarnos como lo que no tenemos que ser.

***¿Cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que le es grato, lo que es perfecto?* • (Rom. 12:2).**