

---

Matutina para Mujeres, Jueves 8 de Julio de 2021

## Descripción



[Escuchar Matutina](#)

## ¿Cara de limón amargo?

**“Procuren que a nadie le falte la gracia de Dios, a fin de que ninguno sea como una**

---

## **planta de raíz amarga que hace daño y envenena a la gente” (Heb. 12:15).**

Sin lugar a dudas, el rostro y sus expresiones hablan de nuestro interior mejor que las palabras que decimos. El enojo y la amargura, así como la alegría y la gratitud, dejan en el rostro huellas profundas que son imposibles de ocultar. El rostro es una parte del cuerpo a la que las mujeres le dedicamos tiempo y en la que invertimos dinero. Me atrevo a decir que las cremas, las mascarillas y las lociones faciales están en los tocadores de casi todas las mujeres y son parte de su cuidado personal cotidiano; sin embargo, no es solo el uso de estos productos lo que embellecerá el rostro de una mujer. Hay un aspecto muy importante que no debemos dejar a un lado: el cuidado del corazón. De él emana nuestra verdadera belleza.

**En la Biblia leemos: “El corazón alegre embellece el rostro, pero el dolor del corazón abate el espíritu” (Prov. 15:13, RVR 95). La belleza exterior es un reflejo de la belleza interior; esta última se cultiva cuando decidimos desarrollar, con paciencia, emociones y sentimientos que promueven la salud total.**

Al preguntarle a una de mis pacientes adolescentes cuál era la razón de los conflictos que tenía con su madre, me respondió: “Ella siempre tiene una expresión en la cara como si estuviera comiendo un limón”. Intenté visualizar con imaginación lo que aquella jovencita me estaba diciendo. La metáfora que usó fue muy elocuente; me estaba hablando de amargura. Su madre era una planta de raíz amarga, y ella podía sentir que eso hace daño y envenena a los que están a su alrededor comenzando, por supuesto, con los de la misma casa.

Un rostro agrio refleja amargura, enojos sin motivo, queja constante, inconformidad por todo y por nada. Estos son algunos de los sentimientos que no solo afectan a la expresión facial, sino también a la salud física; y generan toxicidad en el ambiente.

**Esta mañana, al levantarte, ponte frente al espejo y analiza con humildad la expresión que este te devuelve en tu reflejo. Quizá lo que ves no te resulte gratificante y puedas descubrir que, más allá de las cremas faciales, Dios necesita derramar sobre ti el bálsamo de su gracia y convertirte en una hermosa mujer, “hija” de Dios en toda la expresión de la palabra.**