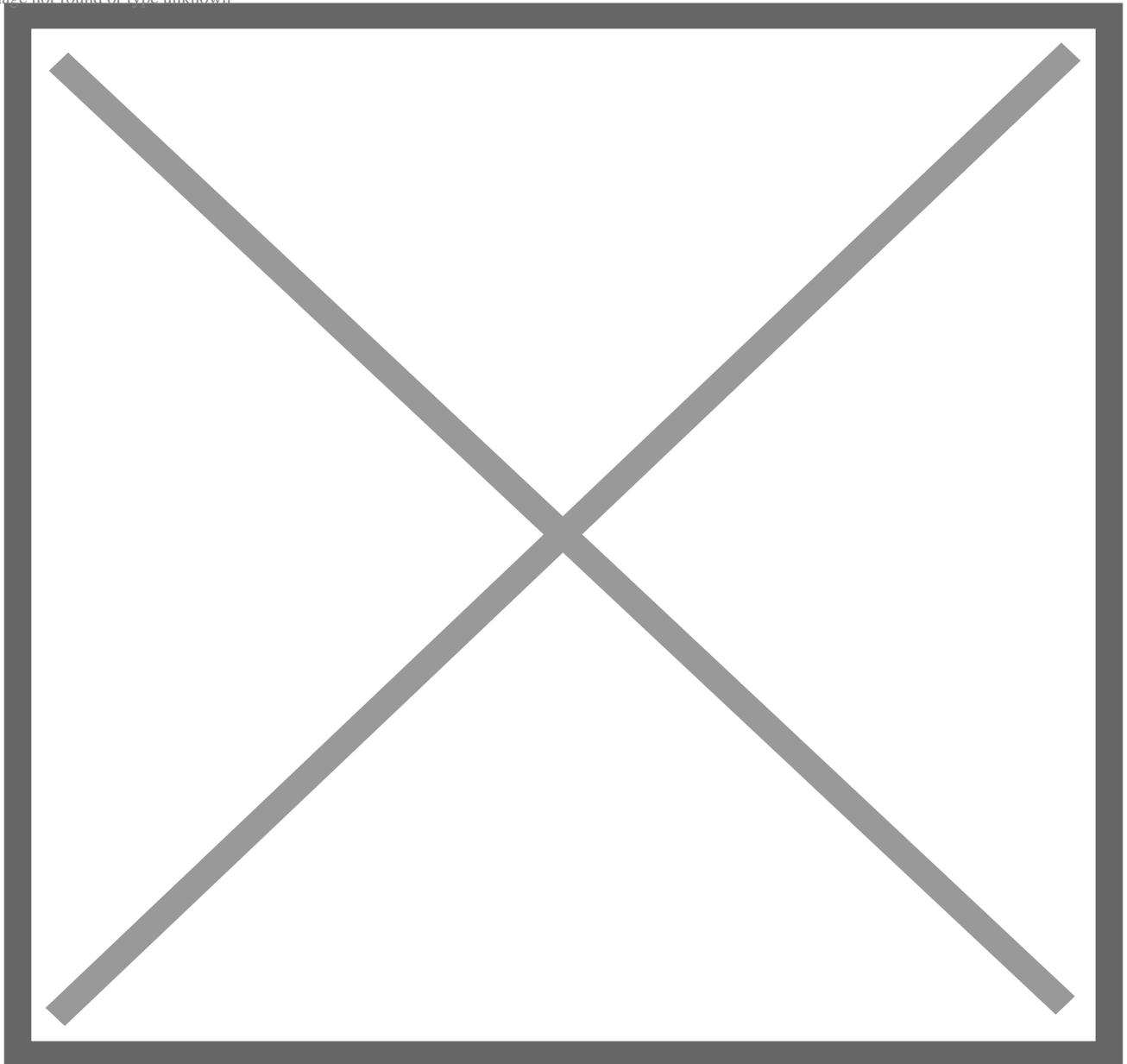

Matutina para Mujeres | Viernes 22 de Marzo de 2024 | Cuando la razón es irracional 3ª parte

Descripción

Image not found or type unknown



Cuando la razón es irracional â?? 3Âª parte

â??Si la vida te da limones, haz limonadaâ?•**RefrÃ¡n anglosajÃ³n**

SegÃ³n el psicÃ³logo Rafael Santandreu, tenemos tres creencias irracionales bÃ¡sicas:³³ (1) Debo hacerlo todo bien. (2) La gente deberÃ¡a tratarme bien. (3) Las cosas deberÃ¡an salirme bien.

Por eso, cuando (1) cometemos errores; (2) alguien nos trata mal; o (3) las cosas no nos son favorables, nos frustramos y decepcionamos. La madurez implica alejar de nuestra mente esas razones irracionales que son, en realidad, exigencias infantiles. Como cristianas, debemos partir de tres creencias bÃ¡sicas:

1. *Somos seres nacidos en pecado*, por lo tanto, no solo no lo hacemos todo bien, sino que cometemos errores (e injusticias).
2. *Vivimos en un mundo en conflicto entre el bien y el mal*, por lo tanto, la maldad se harÃ¡ presente en nuestra realidad cotidiana (de eso puedes estar segura).
3. *A JesÃºs, a quien imitamos, las cosas no le fueron favorables* (recibiÃ³ crÃ¡tica, rechazo, persecuciÃ³n, incomprensiÃ³n por parte de su familia y una muerte ignominiosa), Â¿cabe que esperemos en nuestra vida grandes privilegios?

Una cosa es desear hacer lo que viene a nuestra mano con excelencia, que la gente nos trate bien o que el futuro nos sea favorable; pero convertir esos deseos en necesidades es abrir la puerta a la infelicidad (insatisfacciÃ³n, ansiedad, tristeza). Lo que tiene sentido es aprovechar todo lo que la vida pone en nuestro camino para el crecimiento cristiano individual y la difusiÃ³n del evangelio, que es nuestra aportaciÃ³n a la cultura colectiva.

No seas esclava de necesidades inventadas; no dejes ganar terreno en tu mente a razonamientos irracionales. Que tu referencia sea la Biblia:

1. â??Me doy cuenta de que, aun queriendo hacer el bien, solamente encuentro el mal a mi alcance. [â?i] Veo en mÃ algo que se opone a mi capacidad de razonar: es la ley del pecado. [â?i] Â¿QuiÃ©n me librarÃ¡ del poder de la muerte que estÃ¡ en mi cuerpo? Solamente Diosâ?• (Rom. 7:21-25).
2. â??Dichosos ustedes, si alguien los insulta por causa de Cristo, porque el glorioso EspÃ©ritu de Dios estÃ¡ continuamente sobre ustedesâ?• (1 Ped. 4:14).
3. â??Consideramos felices a los que soportan con fortaleza el sufrimiento. Ustedes han oÃ­do cÃ³mo soportÃ³ Job sus sufrimientos, y saben de quÃ© modo lo tratÃ³ al fin el SeÃ±or, porque el SeÃ±or es muy misericordioso y compasivoâ?• (Sant. 5:11).

â??Me mostrarÃ¡s el camino de la vida. Hay gran alegrÃ¡a en tu presencia; hay dicha eterna junto a tiâ?• (Sal. 16:11).

33 Rafael Santandreu, *El arte de no amargarse la vida* (Barcelona: Grijalbo, 2019), pp. 57-76.