

¿ME AMO A MI MISMA?

Semana 5

CXN

Una de las cosas más poderosas que una mujer puede experimentar es verse al espejo y que le guste lo que ve, que ame lo que ve, no solo en el aspecto físico, si no en el emocional, espiritual, etc.

MENTIRA:

Una mentira poderosa donde muchas de nosotras perdemos es en el amor y la aceptación hacia nosotras mismas. Amar y aceptar nuestro cuerpo, nuestro cabello, cara, personalidad, etc., son solo algunos de las muchas cosas en las que no nos aceptamos y amamos.

Es mucho más sencillo amar a otros que a nosotras mismas, somos nuestras perores jueces y a esto debemos añadir la voz del diablo que busca robar, matar y destruir, el buscará la forma de que creamos todo menos lo valiosas que somos.

Cómo identifico que estoy creyendo una mentira:

1. Me estoy comparando con otras mujeres. La tía que tiene un trabajo que le permite viajar, la vecina que es super linda en su personalidad, la amiga que si tiene tiempo para ir al gimnasio; nos comparamos con las chicas que salen en las revistas que parecen perfectas físicamente. La comparación es un síntoma con el que la mayoría de las mujeres sufren.

2. Me critico a mí misma. Cuando somos tan duras con nosotras mismas por no ser o tener algo que deseamos. Cuando te vez al espejo y te pones triste y dices, “si tuviera la nariz de Juanita”, “si tuviera la personalidad de Paquita”, etc. Cuando decimos esas palabras “Si tuviera” o “Si fuera”, nos habla de un síntoma de estar viviendo y creyendo una mentira.

3. ¿Puedes tu agregar muchos otros síntomas que indican que no estas amándote a ti misma?

VERDAD:

Estos son algunos de los versos que dicen que debemos amarnos a nosotros mismos(a). Matero 19:19; Mateo 22:39; Santiago 2:8; Levítico 19:18; Marcos 12:31 y Marcos 12:33

Gálatas 5:14

Pues toda la ley puede resumirse en un solo mandato: «Ama a tu prójimo como a ti mismo (a).

Lucas 10:27

El hombre contestó: —“Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu fuerza y con toda tu mente” y “Ama a tu prójimo como a ti mismo/a.

Jeremías 31:3

Jehová se manifestó a mí hace ya mucho tiempo, diciendo: Con amor eterno te he amado; por tanto, te prolongué mi misericordia.

Fuimos creadas a la imagen de Dios y su diseño para nosotros fue único, perfecto y hermoso. No se equivocó en el diseño que te dio, ni en la personalidad con la que te creo. Sin embargo, dicho valor del que nos habla la palabra de Dios no se centra en el esfuerzo que podamos hacer nosotras mismas exteriormente, si no en una verdad absoluta de quien nos creó, de quien conoce nuestro diseño, del que revela nuestro valor en el interior y que sabe cómo ayudarnos a experimentar la plenitud del amor perfecto, para amarnos de la forma correcta.

El mensaje de Jesús acerca del amor al prójimo y a nosotras mismas no significa que necesitemos aprender a amarnos para poder amar a otros. Lo que Jesús dijo es que debemos dar a otros el mismo cuidado y atención que por naturaleza nos damos a nosotras mismas y es imposible que podamos cuidar y amar de otros, si no empezamos por nosotras mismas.

Un día despertarás y te gustara lo que veras en el espejo, porque has trabajado una verdad en tu interior que te ayudara a cambiar la forma de ver tu exterior.

PASOS POR SEGUIR:

1. Deja que el Espíritu Santo trabaje con tu corazón y deja que te llene de su amor, deja que su palabra, su verdad penetre tu corazón.
2. Trabaja en hablar a tu propia vida lo maravillosa que Dios te creo.