

NOTAS PARA MAMÁ

Acerca de la
verdad #5:

¿Qué piensas de la belleza?

Una mamá que asistió a nuestro grupo de enfoque en Ohio dijo:

"He engordado casi tres kilos en los últimos meses. Me estoy haciendo mayor, y me molesta. Es muy triste que a mí como adulta todavía me preocupe lo que piensa la gente. Pensé que lo superaría y me daría cuenta de que SOY YO LA QUE se lo transmitió a mi hija. No quiero que ella se preocupe por su peso y, sin embargo, yo LO SIGO HACIENDO".

Empezó a llorar. Y luego la madre que estaba a su lado también comenzó a llorar al darse cuenta de que le había hecho lo mismo a su hija.

En cada grupo de enfoque preguntamos a las madres: "¿Hay alguna parte del cuerpo o cara de sus hijas que a ellas no les guste?". El 50% dijo que sí. Luego les preguntamos: "¿Cómo se sienten con respecto a esa parte del cuerpo o cara de *ustedes* mismas?". El 28% dijo que a ellas tampoco les gustaba. El 17% estaba indecisa.

Estas madres podrían estar transmitiendo mentiras sobre la belleza.

Un estudio reveló que el 80% de las niñas de diez años ya habían hecho dieta para bajar de peso.

VERDAD
#5:

La belleza que más le importa a Dios está dentro de mí.



Te gusta cómo te ves? Si tu respuesta inmediata es no, no eres la única. La mentira que estoy a punto de revelar está relacionada con la última que hemos visto. Muchas chicas dicen: **"¡No soy tan bonita!"**. No obstante, el problema de la belleza es tan grande que merece su propia declaración de la verdad.

Casi la mitad de las chicas con las que hablamos no están contentas con su apariencia.⁸ Cuando les preguntamos qué parte de su cara o cuerpo no les gustaba, la respuesta número uno fue su peso. A veces consideraban que pesaban demasiado y otras muy poco.

ESCRIBIERON COSAS COMO:



"Creo que soy gorda y fea".



"Me gustan mis pecas, pero me gustaría ser más alta y no ser tan flaca".

Sé que esto se debe, en parte, a que estamos rodeadas de chicas bonitas en la televisión, en YouTube, en las películas y en los anuncios comerciales. Y puesto que estas chicas reciben mucha atención y, a veces, se vuelven famosas, es fácil compararnos con ellas.

Además es fácil creer una gran mentira.

► MENTIRA: "LAS CHICAS BONITAS VALEN MÁS". ◀

Hagamos una pregunta importante para luchar contra esta mentira: **¿Son estas "chicas bonitas" realmente tan perfectas como se ven?** La Biblia advierte que la belleza **a veces** puede ser engañosa y que **siempre** se desvanece. A menudo les hacen tantos efectos especiales a las fotos de estas chicas "bonitas" que, si las conocieras en la vida real, es posible que no las reconocieras. Esto es lo que dijo una de ellas sobre una foto que debía mostrarla sin maquillaje.

Sadie Robertson, Louisiana, Estados Unidos

"...el director de fotografía me echó un vistazo rápido y dijo: '¡No, esta chica no tiene la cara para salir... sin maquillaje!'. Pasaron unas dos horas para hacer que pareciera que no tenía maquillaje. Seamos realistas, yo NO me desperté así".⁹

¡Tomó dos horas maquillar a Sadie para su foto "sin maquillaje"!

La Biblia dice que cosas como el corte de pelo, la ropa bonita y las joyas no son lo que Dios considera hermoso. Las cualidades físicas que son tan importantes para nosotras no valen mucho para Dios.

Vamos a descubrir la verdad en la Biblia para reemplazar esa mentira. ▼



VERDAD DE ORO: "El Señor no ve las cosas de la manera en que tú las ves. La gente juzga por las apariencias, pero el Señor mira el corazón" (I Samuel 16:7).

Así que quiero que te concentres en la belleza que más importa: tu corazón. Eres muy hermosa para Dios cuando te interesa vestirse con cualidades como bondad, amabilidad y alegría, en lugar de un par de zapatos de última moda o un brillo de labios sensacional.



En ninguna parte, la Biblia dice que es malo querer ser bella o apreciar la belleza en otra persona. Sin embargo, está mal obsesionarnos por la belleza física y no preocuparnos por la belleza de nuestro corazón. Así que dedica tiempo a practicar la amabilidad. Pide a alguien que te ayude a ser más sincera. O aprende a ahorrar dinero para ofrendarlo a tu iglesia o ser generosa con alguien que tenga una necesidad especial. ¡Estas cosas son hermosas para Dios!

NOTAS PARA MAMÁ

La anorexia y la bulimia van en aumento. Se hizo referencia a esta investigación en un artículo del *Wall Street Journal* que vincula la forma en que las madres piensan de su cuerpo con lo que sus hijas adultas pensarán sobre su propio cuerpo. Del 30% al 40% de las mujeres piensa en la imagen corporal todos los días y casi la mitad de ellas dice que es porque sus madres lo hacían. Están resentidas con sus madres por ello.³

Me pregunto cuántas de esas mismas mujeres están igualmente preocupadas por la belleza interior de sus hijas. ¿Están atentas a que sean sumisas, serviciales, amables, compasivas y alegres? Si como madres no nos concentramos en el tipo de belleza que nunca se desvanece, ¿cómo podemos esperar que nuestras hijas lo sean?

Sugerencia de conversación para la verdad #5:

Nos apresuramos a elogiar la belleza física de nuestras hijas, pero a menudo no podemos reconocer sus cualidades internas. Dile a tu hija la belleza interior que ves en ella. Tal vez sea útil en la cocina o le encanta leerle a su hermanito o quizás sea diligente con sus tareas escolares. Márcale una cualidad de su belleza interior y proponte reconocerla regularmente.