

AUTOESTIMA

A watercolor illustration of a woman's face, rendered in a soft, expressive style. The face is the central focus, with delicate lines for the eyes, nose, and lips. The background is a vibrant, abstract wash of colors including pinks, blues, yellows, and purples, with numerous splatters and drips extending across the page. The overall effect is one of emotional intensity and artistic freedom.

Y EL HIJO DE DIOS

**Autora
Silvina Massaglia**

INDICE

1	Introducción	Pagina 3
2	¿Qué es la Autoestima?	Pagina 4
3	¿Quién soy?	Pagina 15
4	¿Quién creo que soy?	Pagina 17
5	¿Quién creen los demás que soy?	Pagina 22
6	¿Quién cree Dios que soy?	Pagina 28
7	Conclusión.	Pagina 32

LA AUTOESTIMA Y EL HIJO DE DIOS.

Introducción

El ser humano en muchísimas ocasiones vive buscando el origen de sus males y no logra identificarlo. El echo de sentirse diariamente miserable, desconforme consigo mismo y con los demás, lo arrastra a vivir una vida plagada de insatisfacciones.

En ocasiones se encuentra anhelando tener la vida de otra persona; es decir se siente incapaz de encontrar algo bueno en sí mismo, o por lo menos no se siente conforme con lo que ve al espejo todas las mañanas.

Cuando caminamos por la vida sin saber el origen de todos nuestros problemas, no nos damos cuenta que la solución esta al alcance de nuestras manos.

Debemos empezar identificando quienes somos en realidad y los factores que afectan nuestros sentimientos, creencias y actitudes.

Uno de los factores mas importantes de la personalidad de cada uno, que marca la identidad y como se muestra ante la sociedad, es la AUTOESTIMA.

¿Qué es la Autoestima?

Antes de definir la Palabra autoestima, quiero partir desde la base que todos los hijos de Dios tenemos, la cual nos da nuestra identidad. El objetivo es identificar desde el principio, quienes somos en realidad.

La Palabra de Dios dice en 1 Juan 3:1 "¡ Mirad cuán grande amor nos ha dado el Padre para que seamos llamados hijos de Dios".

Sabemos que somos hijos de Dios y que Dios nos ama de manera sobrenatural

Como dice el versículo conocido por todos Juan 3:16: "16 Porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna."

LA AUTOESTIMA es el nivel en que las personas tienen sentimientos positivos o negativos y la forma en que se valoran a si mismos

HABLEMOS MAS DE AUTOESTIMA

algunas las personas dicen: "yo tengo autoestima" o "yo no tengo autoestima". En realidad, TODOS tenemos autoestima propia.

El problema está cuando esta estima o valor que nos damos a nosotros mismos, no está enfocada correctamente en nuestras vidas.

Algunas definiciones de autoestima:

- Concepto que una persona tiene de su propio valor como ser humano.
- Grado en que una persona se acepta o se rechaza.
- Es la percepción emocional profunda que las personas tienen de sí mismas.

Existen diferentes tipos de Autoestima que condicionan nuestro comportamiento; las personas que tienen un autoestima alta tienen sus emociones controladas; son menos agresivas, tienen pensamientos positivos, es raro que se depriman. Todo lo contrario ocurre con las personas cuya autoestima es baja.

El desarrollo de la autoestima en las persona comienza en la niñez. Por eso es sumamente importante el entorno en que criamos a nuestros hijos, ya que todo lo que vivan en esta etapa de sus vidas condicionará el comportamiento que tendrán en la edad adulta.

Llegamos a la conclusión entonces que; autoestima es el valor que le damos a nuestra persona y esta fundamentada en todo los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que a lo largo de nuestras vidas recogimos sobre nosotros mismos.

Todas las experiencias acumuladas nos llevan a aceptarnos, amarnos y estar conformes con nosotros mismos o todo lo contrario, vivimos con un constante sentimiento frustrante de no aceptarnos y creer que no somos, ni seremos lo que nos gustaría ser.

Existen tres tipos de Autoestima:

1. Autoestima Baja: la persona no se ama, no se acepta ni se valora
2. Autoestima alta: la persona se ama, se acepta y se valora
3. Autoestima Súper Alta: la persona se ama mas que a los demás, se valora exageradamente y se cree superior a todos.

1. Autoestima Alta

las Personas con alta Autoestima tienen una buena autoimagen, esto no significa que se sienten perfectas, si no por el contrario, no tienen ningún problema en reconocer su errores y hacer algo al respecto para corregirlos. Simplemente se quieren a si mismos y esto marca todas las facetas de su vida de manera positiva, sin dejar que otros lo afecten de forma negativa

La Autoestima alta se cosecha desde la niñez, todo el apoyo, estudios y la relación con sus familiares en la etapa de crecimiento son fundamentales. Si desde pequeño se siente amado y recibe apoyo físico, emocional y psicológico tendrá muchas posibilidades de tener una alta autoestima.

Este tipo de personas son aquellas que no se dejan vencer por los obstáculos que le pone la vida, se sienten seguras de si mismas, son capaces de tener relaciones sanas, basadas en el amor y la confianza, expresan sus sentimientos con facilidad y saben reconocer que se equivocaron, tienden a pedir perdón y a perdonar con mucha facilidad sin que esto les resulte un conflicto. Cuando quieren expresar su punto de vista son tolerantes y generalmente no pierden el control. Funcionan muy bien tanto independientemente, como en compañía de alguien.

Algunos Ejemplos de personas con Alta autoestima

- Se sienten bien consigo mismas.
- No tienen problemas en expresarse
- Expresan sus emociones con facilidad
- No tienen temor de hablar con los demás
- Saben dar y pedir ayuda sin dificultad
- Son creativos
- Les encantan los retos

- trabajan incansablemente por lograr sus objetivos.
- Se aceptan tal cual son.
- No tienen problemas de preguntar si no saben algo.
- Saben liderar a otros.

2. Autoestima Baja

El tener baja Autoestima provoca pensamientos que enferman nuestras emociones y todas nuestras relaciones interpersonales.

Como en el caso anterior, la Autoestima baja se forja en nuestra niñez. la manera en que nos trataron los mayores que estaban a nuestro cuidado y eran los encargados de educarnos, es la que condicionara nuestro comportamiento luego.

Si fuiste influenciado de manera negativa, es posible que tu autoestima este baja. Los sobrenombres con mala intención, las maldiciones. (Muchos padres tienen la costumbre de enojarse y decirle a sus hijos cosas como: - eres un bruto, no sirves para nada, nunca podrás hacer algo bueno. Saliste malo como tu padre o madre, para que habrás nacido etc.)

Todas esas palabras se quedan en el subconsciente del pequeño y se verá reflejado en su edad adulta.

Conocí a alguien a la que llamaré Prisilla para salvaguardar su identidad; que pensaba que nunca debería haber nacido, que su vida no tenía sentido y no tenía ningún propósito, que era un error de la naturaleza y nada bueno podía salir de ella, porque la realidad era que no tendría que ser parte de este mundo.

Su vida se basaba en esa creencia y había desarrollado una personalidad de autodestrucción que estaba acabando con su existencia.

Conversando con ella, me contó que su padre era un hombre golpeador, borracho, que maltrataba a su madre y en una de esas borracheras abuso de ella dejándola embarazada. Prisilla nació como consecuencia de esa violación. Cada vez que su mamá se sentía frustrada o enojada con ella, o con cualquier otra cosa, le repetía constantemente desde que era muy

pequeñita, No debiste haber nacido, eres igual que tu padre. Solo viniste a complicarme mas mi vida. La consecuencia de esas palabras dejaron una huella desastrosa en la vida de esta mujer; quien desarrollo una autoestima súper baja, llevándola al borde del suicidio. Siempre decía: "No me mato porque ni para eso sirvo, soy tan inservible y cobarde que no tengo el coraje para acabar con esta vida miserable."

Las Palabras destructivas de quien le dio la vida, la tenían al borde del suicidio.

Proverbios 23:7 dice "Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él..."

Esto significa que los pensamientos que tenemos de nosotros mismos es lo que somos y esto condiciona la manera en que nos hablamos, nos tratamos y nos estimamos.

Las personas con baja autoestima sienten mucha culpa y esa culpa colabora para enfermar cada vez mas sus emociones.

La culpa se mueve a través de la conciencia, y te hace sentir todo el tiempo que hiciste algo malo y nuestra voz interior nos hace creer que todo el tiempo merecemos ser castigados.

Algunos Ejemplos de personas con Baja Autoestima

- No se aceptan a si mismos
- Están seguros que no pueden, no tienen, no saben.
- Evitan a como de lugar arriesgarse a algo
- Tienen mucha ansiedad
- No tienen iniciativa
- No les gusta hablar con las personas
- Siempre se sienten culpables
- No reconocen cuando se equivocan

- Les cuesta pedir ayuda
- Se aíslan de los demás
- Son egoístas
- No se esfuerzan
- Rara vez alcanzan sus metas

3. Autoestima Súper Alta

Hay personas que siempre piensan que tienen la razón, que se creen los muy, muy como dicen algunos, que necesitan demostrar todo el tiempo lo que han logrado y las maravillosas cualidades que poseen, lo hermosos que son, incluso que no hay nada que se compare a ellos. Erróneamente muchos califican a estos individuos como personas que tienen una buena y alta autoestima. La realidad es que cuando esa autoestima alta, pasa los parámetros normales, no es bueno, es mas; esta demostrado que es muy perjudicial para la persona y su entorno.

El que tiene su autoestima alta o buena autoestima no necesita demostrar nada a nadie, ni mucho menos que otras personas reconozcan sus virtudes, porque es muy seguro de sí mismo, tiene el concepto de sí que debe tener, no piensa que los demás son inferiores; si no mas bien procura su propio crecimiento cada día y se alegra cuando los demás crecen y logran objetivos.

La Biblia dice: Romanos 12:3 "3 Digo, pues, por la gracia que me es dada, a cada cual que está entre vosotros, que no tenga más alto concepto de sí que el que debe tener, sino que piense de sí con cordura, conforme a la medida de fe que Dios repartió a cada uno."

¿Qué hace que una persona tenga una súper, mega, elevada autoestima?

Nuevamente todo comienza en la niñez.

Hay dos factores que hacen que una persona desarrolle autoestima súper alta.

El primero es cuando un niño no recibe cariño y la admiración que necesita, se siente poco valioso, cuando es maltratado y recibe palabras que lo maldicen como en el caso de la autoestima baja que vimos antes. Debemos saber que todos estos factores pueden producir el efecto contrario y que la persona como autodefensa desarrolle un patrón de autoestima súper alta.

Cuando esto sucede dado que todo lo que muestra es falso, apariencia pura, porque la realidad es que el siente todo lo contrario de lo que quiere demostrar. El necesita demostrarle a los demás que es el mas fuerte, capaz, inteligente, exitoso, lindo, poderoso, indestructible etc. Esa es la única manera que tiene para sostener la imagen falsa que creo en su cabeza.

El segundo factor es cuando el niño recibe consentimiento excesivo, que lo hace pensar que se merece todo y que nada puede negársele. Este tipo de personas aunque también tienen una idea distorsionada de quienes son en la cabeza, creen realmente que son los mejores.

Cuando la crianza de un niño esta basada en la falta de límites, este cree que puede hacer cualquier cosa que se le ocurra sin ninguna consecuencia mala para el; esto le provoca una idea equivocada de la fuerza y el poder que tiene. Este patrón lo podemos ver cuando observamos a niños pequeños manejar a sus padres a su antojo, faltándoles el respeto a ellos y a todo el que se le acerque.

Proveerle a un niño todo lo que desea cuando, como y donde quiere, es un grave error.

Cuando un bebe nace no tiene incorporado ningún tipo de aprendizaje. Ellos comienzan a utilizar el llanto para decir lo que sienten o necesitan, automáticamente el adulto corre a suplir esa necesidad, ya sea hambre o algún dolor, malestar etc. y eso esta bien.

El problema se presenta cuando el niño comienza a entender lo que esta bien y lo que esta mal. Como es su costumbre el va a repetir el patrón que utilizo para conseguir lo que desea, en los primeros meses de su vida. Así que; cada vez que quiera algo y no lo obtenga de inmediato, lo mas

probable es que llore, grite y exija lo que quiere; ese es el origen de los famosos berrinches que comienzan a partir del año de edad mas o menos.

Ese es el momento de comenzar a enseñarle con amor, pero con firmeza que no todo es cuando, como y donde él lo desea.

Los humanos somos como todas las especies, seres que aprenden patrones de comportamiento, pronto el conocerá que hay límites que no puede pasar y todo fluirá con naturalidad, aunque al principio se tenga que poner un poquito de trabajo y paciencia hasta que lo asimile.

Cuando hacemos lo contrario y le proporcionamos todo lo que desea en el momento que lo pide, estaremos dañando su comportamiento en el futuro. Primero no aprenderá nunca a tolerar la frustración y además pensará que se lo merece todo por encima de los demás, todo esto lo afectará muchísimo cuando tenga que enfrentarse a la vida y no tenga a su progenitor para que lo consienta. Por Ejemplo cuando empieza la guardería, escuela etc.

Todo esto afectara su relación con las demás personas.

Permitirle creer que siempre tiene la razón, hace que no aprenda a aceptar cuando fracasa y jamás podrá aceptar sus errores. Cuando comienza a crecer se creará superior a todos y lo afirmará con orgullo, no se responsabilizará de lo que hace y culpará a los demás de todos sus problemas.

Algunos Ejemplos de personas con Súper Alta Autoestima

- Se creen mejor que los demás
- Siempre quieren tener la razón
- Son soberbios
- No toman en cuenta a nadie para realizar cualquier actividad porque creen que los demás no son capaces.
- Se admiran de forma exagerada
- Hablan hasta por los codos y se tornan en molestos.

- Tienen el Ego elevado a la enésima potencia.
- Creen que nunca se equivocan
- No reconocen sus errores
- Jamás piden ayuda

Como hemos visto hasta aquí, la autoestima es primordial para el bienestar personal y una base para relacionarnos con nuestro entorno.

Muchas veces nos vemos afectados por una sociedad que nos muestra que debemos ser perfectos física, intelectual y emocionalmente para poder funcionar.

Somos seres Maravillosos con defectos y virtudes, que necesitamos aprender a auto aceptarnos tal como somos, a auto respetarnos y a auto conocernos.

La pregunta que podemos hacernos en este punto es:

-a pesar de nuestras vivencias:

¿Es posible cambiar el patrón que a condicionado nuestras vidas por todo este tiempo y tener una vida diferente?

La buena noticia es que **¡¡SI, CLARO QUE ES POSIBLE!!!**

Quizás hemos escuchado por ahí que los seres humanos somos resilientes.

La Resiliencia es la capacidad que tenemos los seres humanos de afrontar las adversidades y adaptarse y superarse después de vivir tragedias, traumas, amenazas, estrés, aunque podemos estar sumidos en el puro dolor, tenemos la capacidad de resurgir y reinventarnos, si nos lo proponemos.

La resiliencia no es algo que algunos tienen y otros no, la realidad es que todos podemos hacer uso de ella si la desarrollamos y nos lo proponemos, y que lo logremos depende de varios factores.

El aceptar que lo que viviste no lo puedes cambiar, pero si puedes cambiar la forma en que vivirás en adelante, creer que la vida que tienes merece ser vivida de una manera increíble y que en ti esta la capacidad para mejorar te ayudará a superar cualquier situación difícil.

La realidad que lograr el cambio que transformará tu vida ya no depende de la circunstancia en que fuiste concebido o como fue tu infancia; lo cierto es que llegaste aquí con un propósito marcado por el creador de todas las cosas. Quien es tu verdadero Padre y Él te creo con esa capacidad de reinventarte y comenzar de nuevo.

Comenzamos este curso citando a Juan 3:16 "1 Mirad cuán grande amor nos ha dado el Padre para que seamos llamados hijos de Dios".

En la Palabra de Dios, podemos comprobar claramente quien nos amo primero y quienes somos en realidad. Las circunstancias en que crecimos o que cree nuestra mente que somos; no hacen que dejemos de ser quienes somos realmente.

Es tiempo de dejar el pasado atrás y hacer algo al respecto; es necesario que logremos conocernos realmente, para que el propósito por el cual fuimos creados, se cumpla en nosotros.

Para poder conocernos a nosotros mismos, debemos tener bien claro quien somos y cuál es nuestra misión en esta tierra.

Si por causa de todos los factores que han condicionado tu vida, sufres y no tienes claro quien eres o piensas que eres menos que los demás, o que no eres capaz de lograr tus objetivos; este es el momento en que todo cambie.

hablaremos de cómo hacer para comenzar a ver tu vida desde otra perspectiva mas saludable, la cual te llevará a alcanzar tu propósito..

Dentro de nosotros existe un mundo que nadie conoce totalmente, ni siquiera nosotros mismos, Solo Dios es capaz de conocer realmente quien somos.

Para poder conocernos, es necesario que tengamos claro quien somos y cuál es nuestra misión en la tierra, para la cual fuimos creados.

-¿Quién soy?

Es la pregunta que a menudo nos hacemos, y para obtener una respuesta debemos recorrer una distancia muy larga entre la parte de nuestra personalidad que está a simple vista y los lugares más íntimos de nuestro interior.

Como Vimos anteriormente nosotros almacenamos en nuestro interior todos los eventos que hemos vivido, buenos o malos; episodios que nos van marcando y proyectando nuestras actitudes en base a nuestra experiencia.

Todo depende como hemos afrontado cada uno de estos episodios y la actitud que tomamos frente ellos.

Lo que quiero dejar bien en claro es que muchas veces de ninguna manera, la actitud que tomamos, refleja a ciencia cierta quien somos.

Todos arrastramos cosas del pasado, dolores, heridas, alegrías, fracasos, aciertos, amor, desamor, en fin; vivencias.

Lo triste es que para muchos, todos estos eventos del pasado, les impide avanzar en el presente y mucho menos proyectarse hacia un futuro prometedor rodeado de felicidad y éxito.

Lo que está por venir lo obtendremos de acuerdo a lo que hagamos hoy.

En base a nuestra experiencia nos esforzamos en no cometer los errores del pasado; pero no siempre lo logramos.

Creo firmemente que es de suma importancia para nosotros replantearnos nuestra existencia.

Ocuparnos de nosotros mismos es fundamental.

El amarnos a nosotros mismos es mandamiento de Dios; por lo tanto es imprescindible enfrentar nuestros fantasmas y dejarnos guiar por el Espíritu Santo de Dios.

Muchas veces actuamos por temor, para evitar críticas, para que no nos consideren que somos menos.

¿Quién creo que soy?

La mayoría de las personas, en especial las mujeres, fueron atrapadas por el sistema, dejando de valorarse por lo que son en realidad y ahora tienden a darse valor de acuerdo a cuestiones de moda y distintos estereotipos donde se muestra a la mujer como simplemente un símbolo de belleza, haciendo a un lado lo que se encuentra dentro de ella...

1. Nos hemos olvidado por mucho tiempo de valorar nuestros sentimientos, nuestros pensamientos, donde queda lo que soñamos, por lo que luchamos.
2. En donde está nuestro valor, nuestro tesoro, ¿Por qué nadie lo toma por lo que es? ¿Por qué solo importa lo que se ve?

Hemos creído que no podemos ser un ser humano que piensa y cree en la verdadera belleza de nuestro interior.

Como es posible que muchos estén convencidos de que lo que este mundo dice... lo que "la sociedad" dice, es la verdad absoluta...

-que si estás gordo/a, o muy flaco/a,
Para que te arreglas, de todas formas naciste feo/a

Quien pude valorarme si no tengo veinte, o Dios me hizo mas feo que a los demás,

Te pones en bandeja de plata para que el sistema de este mundo te desbarate y acabe contigo.

Es imperdonable ver como nosotros provocamos que lo que ellos dicen, se vuelva parte de nuestra realidad.

Hoy es tiempo de ponerle un fin,
Hoy es el tiempo de proclamar que no somos un maniquí, no existen estereotipos lo suficientemente fuertes para no ser derrumbados por nuestras creencias.

Nos hemos convertido en lo que creemos que somos.

Pero la realidad es que somos más que una cara bonita o un cuerpo perfecto

No necesitamos vestir de marca, ni usar un perfume caro, somos más que todo eso.

Valemos por lo que somos capaces de hacer, de construir lo que nadie se atreve, todos tienen miedo de enfrentar el sistema ridículo de este mundo que denigra nuestra identidad.

Somos grandes por lo que pensamos, por como actuamos, como sentimos y no por lo que los demás dicen...

Nos creímos un falso concepto de nuestro verdadero valor...

Hagamos conciencia, somos más valiosos de lo que la sociedad nos dice.

La contradicción que vivimos en nuestro interior nos desestabiliza creando la baja autoestima y de esta manera nuestra auto-desconfianza y auto destrucción.

Intentamos llamar la atención de todo o por el contrario tratamos de pasar desapercibidos, tenemos comportamientos, emociones y sentimientos que chocan entre sí.

Esto nos lleva a confirmar que definitivamente nuestra felicidad depende en un gran porcentaje de nuestras actitudes.
Y la actitud que tomamos para con nosotros mismos es fundamental.

¿Qué significa esto?

Significa que si realmente queremos vernos como quien somos en realidad, y no ver lo que muchas veces el espejo de nuestra alma refleja; depende de nosotros.

Debemos cambiar nuestra manera de pensar. Para alcanzar el éxito en todo lo que emprendamos, debemos conquistarnos a nosotros mismos primero.

José Darío Pérez escribió: "nuestro peor enemigo no es el diablo, sino nosotros mismos, que no permitimos que el Espíritu Santo nos regenere".

Jesucristo obra en nuestras vidas de adentro hacia afuera, el éxito que podamos alcanzar esta dentro de nosotros, es importante examinarnos para poder descubrir lo que está mal, es la única manera de mejorar dejando que Dios obre, y esto lo conseguimos con relacionarnos directamente con Dios y escudriñando su Palabra.

"El corazón del hombre piensa su camino más Jehová endereza sus pasos." (Proverbios 16: 9).

Al restablecer una relación saludable con nosotras mismos, podremos:

1. Comunicarnos sinceramente a expresar con libertad lo que en realidad anhelamos,
2. No dejarnos manipular por tener miedo a que nos rechacen,

3. Ser capaces de escuchar a nuestros semejantes, de aceptar las diferencias, sin sentir la necesidad de competir o descalificar al otro.

Para poder valorarnos y aceptarnos tal y cual somos es fundamental reconocer que Dios es nuestro diseñador.

¿Quién eres en realidad?

- ERES Un ser humano, creado por Dios,
- Con un propósito.
- Con una personalidad única.
- Con necesidades, con impulsos y deseos,
- Con la capacidad de ir más allá de ti mismo.
- Con cualidades espirituales,
- Con un valor incalculable.

¿QUÉ CONCEPTO TIENES DE TI MISMO? ¿Qué ves cuando te miras en tu espejo interno?

Como dijimos al comienzo de este curso; La Biblia dice: Cuál es tu pensamiento en tu corazón, el tal es él. Proverbios 23:7

“Y de la abundancia del corazón, habla la boca”. Mateo 12:34

Si dentro de ti piensas que no vales, que no tienes belleza, que nada te sale bien, justamente eso es lo que reflejarás.

La noticia más triste es que estás aceptando una mentira que provocó que no veas el valor que hay en ti.

“Porque Dios, que ordenó que la luz resplandeciese en las tinieblas, hizo brillar su luz en nuestro corazón para que conociéramos la gloria de Dios que resplandece en el rostro de Cristo”.
(2 corintios 4:6)

“Pero tenemos este tesoro en vasijas de barro, para que la EXCELENCIA del poder sea de Dios y no de nosotros.”
(2 corintios 4:7)

Eres una persona creada por Dios para cosas grandes!!!
Que quiero decir con esto: que aunque por fuera nos vamos desgastando, por dentro nos vamos renovando día tras día, si la gloria de Dios que resplandece en Cristo está dentro de nosotros.

Este es el secreto para poder verte reflejado en quien eres en realidad, lo que hay en tu interior, se reflejará en tu exterior.

:

¿Quién creen los demás que soy?

Lo que nosotros amemos de nosotros, es lo que los otros amarán, lo que nosotros odiamos de nosotros, es lo que los demás odiarán, las carencias que tengamos de nosotros, los demás las verán.

Como estuvimos viendo; lo que vivimos y lo que vemos es lo que forja nuestro carácter y es la consecuencia de en qué nos convertimos.

Pero para los Hijos de Dios la realidad es muy diferente, la verdad de Dios es muy diferente a la verdad de lo que nos tocó vivir.

Por qué pudimos vivir todo tipo de cosas en la vida, pero no nos olvidemos que fuimos diseñadas por Dios con un propósito.

Y ese propósito muchas veces no tiene nada que ver con lo que los demás ven en nosotros.

Lo que los demás ven no siempre tiene que ver con lo que Dios ve.

Todos sabemos que Dios ama a todos los seres humanos por igual, Dios no hace diferencia entre las personas, por lo tanto nosotros no tenemos derecho a no amar a alguien, sin excepción, no importa si esa persona nos hizo daño o simplemente no nos gusta su cara.

Si albergamos esos sentimientos en nuestro corazón, los demás lo notarán.

«Los ojos son el espejo del alma», o bien, como dice la Biblia en San Lucas 11:34: «La lámpara del cuerpo es el ojo; cuando tu ojo es bueno, también todo tu cuerpo está lleno de luz; pero cuando tu ojo es maligno, también tu cuerpo está en tinieblas».

Que reflejan tus ojos: tristeza, dolor, baja autoestima, orgullo, odio, rencor, etc.

O tus ojos reflejan el fruto del Espíritu Santo que es: amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza.

Muchos piensan que estos frutos como la Biblia menciona a nueve, son separados uno del otro. Pero estas virtudes de Dios son otorgadas por el Poder del Espíritu y son una cualidad única en la vida del cristiano. "Más el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza; contra tales cosas no hay ley".
(Gálatas. 5:22-23).

Si alguien dice que tiene amor, también tiene que tener gozo y si tiene gozo, tiene que tener paz y así sucesivamente. "Porque el que Dios envió, las palabras de Dios habla; pues Dios no da el Espíritu por medida".
(Juan 3:34).

El fruto del Espíritu proyecta unidad, mientras que las obras de la carne producen confusión, distenciones, divisiones y alejan a los demás de nosotros.

El Espíritu nos ayuda a buscar más de Dios e intercede por nosotros; las obras de la carne nos destrozan, nos debilitan, nos condenan, y hacen que los demás nos condenen.

El fruto del Espíritu Santo nos da la victoria absoluta, mientras que las obras de la carne nos convierten en perdedores absolutos.

La naturaleza del fruto del Espíritu, como la misma palabra lo dice, es Espiritual y nuestra naturaleza humana es carnal, por lo tanto, es imposible para todo ser humano natural, entregar frutos espirituales.

Solo un ser humano puede vivir y demostrar a otros que los Frutos del Espíritu habitan en su corazón, si ha experimentado la regeneración que se produce al tener un encuentro personal con el Poder de Dios. Por lo cual Pablo dice: "Despiértate, tú que duermes, Y levántate de los muertos, Y te alumbrará Cristo".
(Efesios 5:14).

¿Qué pasa si no somos capaces de cultivar este fruto espiritual?

Como ya mencionamos anteriormente, las obras de la carne producen grandes daños, sociales, físicos, emocionales y espirituales.

Es importante preguntarnos.

¿Cuál es la forma en que podemos vivir el fruto del Espíritu Santo en nuestras vidas permanentemente, y que Cristo sea el centro de nuestras vida?

La respuesta la encontramos en la Palabra de Dios;

“Permaneced en mí, y yo en vosotros. Como el pámpano no puede llevar fruto por sí mismo, si no permanece en la vid, así tampoco vosotros, si no permanecéis en mí. Yo soy la vid, vosotros los pámpanos; el que permanece en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto; porque separados de mí nada podéis hacer”.

(Juan 15: 4-5)

Los demás verán reflejado en nosotros los frutos del Espíritu Santo si permanecemos de una manera íntima y en unidad plena con Jesucristo. Es importante tener una relación con Dios y un corazón agradecido; “Orad sin cesar. Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús. No apaguéis al Espíritu”.

(1 Tesalonicenses 5:17-19).

El secreto es que cuando estamos en su presencia nos es revelado lo que habita en nuestro interior.

Cuando estamos dispuestos con sencillez de corazón a obedecer a Dios en todo, es cuando el Poder del Espíritu Santo se activa.

Es posible para ti y para mí que el fruto del Espíritu pueda producirse en nuestra vida del mismo modo en que se produjo en la vida de Jesús”

Si nuestra meta es permanecer en El, adorándole, entregándole todo nuestro ser, nuestra vida entera para servirle, negándonos a nosotros mismos, y dejando que Cristo gobierne nuestras vidas; obtendremos la llave que abre la puerta a la victoria.

De esta manera el Espíritu Santo vivirá en nosotros, nos llenará de su presencia y a consecuencia de esto, se manifestará afectando las vidas de todos aquellos que nos acompañen.

La Palabra de Dios dice: "Si permanecéis en mí, y mis palabras permanecen en vosotros, pedid todo lo que queréis, y os será hecho". (Juan 15:7)

Dios perdona a todos los que se arrepienten, por lo tanto nosotros no tenemos derecho a no perdonar a nuestros semejantes. Es importante que nos quede claro que la relación que Dios tiene con el otro, es la guía para nosotros entender la relación que debemos tener con nuestros semejantes.

Por ejemplo: cuando nosotros no perdonamos a alguien que Dios perdonó, cuando no amamos a alguien que Dios ama, quiere decir que estamos lejos de la voluntad de Dios, por lo tanto estamos equivocando el camino que Dios trazó para nosotros.

Es fundamental tener en claro que con cualquier acto de amor, de compasión que tenemos para con nuestros semejantes, estamos demostrando que amamos a Dios sinceramente.

Que ven los demás en nosotros cuando:

1. Tratamos bien a nuestra familia, estamos para ellos cuando nos necesitan,

2. No nos burlamos de nadie y tratamos de no lastimar al otro,
3. Respetamos a nuestros padres, aunque no estemos conformes con la forma en que ellos se relacionaron con nosotros,
4. Tenemos mucho cuidado de la familia y tratamos de vivir en armonía con ellos,
5. Estamos dispuestos a perdonar si nos sentimos defraudados por ellos.
6. Tratamos de ser amables con todas las personas, independientemente de que nos caigan bien o no,
7. No utilizamos a las personas para nuestro propio beneficio, aceptamos y entendemos las diferencias de cada uno y tratamos a todos con amor y respeto,
8. Acompañamos a nuestros semejantes en sus fracasos y nos alegramos con sus logros.

Esto parece muy fácil a simple vista, pero la realidad es que las relaciones humanas la mayoría de las veces se tornan muy complicadas, debido a nuestra naturaleza humana que es muchas veces incapaz de asimilar la voluntad de Dios.

Sin duda alguna la clave es: El fundamento que está implantado en nuestros corazones; es decir "la Palabra de Dios."

Jesús dijo: "Si permanecéis en mí, y mis palabras permanecen en vosotros, pedid todo lo que queréis, y os será hecho...Este es mi mandamiento: Que os améis unos a otros, como yo os he amado. Nadie tiene mayor amor que este, que uno ponga su vida por sus amigos. Vosotros sois mis amigos, si hacéis lo que yo os mando". (Juan 15:7-14).

En otras palabras, solo obtendremos el favor de Dios, si obedecemos sus mandamientos.

La Obediencia a la Palabra de Dios, es la piedra fundamental para tener una relación con nuestros semejantes saludable; ya que esto traerá como consecuencia para nuestras vidas, el favor absoluto de Dios.

Para que los demás puedan ver lo que hay en nosotros, es necesario que nosotras sepamos qué es lo que Dios ve en nosotros.

Para poder saber lo que Dios ve en nosotros, es necesario Conocer quien es Dios y el propósito que tiene para nuestras vidas.

¿Quién cree Dios que Soy?

“Jesús le dijo: Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente” (Mateo 22:37)

¿Qué quiere decir el primer mandamiento?

Como todos sabemos Dios es nuestro creador, Él nos hizo a su imagen y semejanza. El hecho de ser nuestro creador le da el derecho absoluto de tener total autoridad sobre nuestras vidas, para saber quienes somos en realidad.

Este es el fundamento de la relación entre Dios y los seres humanos. Para saber lo que Dios ve en nosotros, es necesario relacionarnos con El. Es la única manera de conocer su propósito para con nuestras vidas.

Ahora bien, afortunadamente para nosotros la relación que podemos tener con Dios, no es solamente una relación en la que Dios es el soberano y nosotros sus súbditos.

Como fuimos creados a su imagen y semejanza, tenemos la capacidad de poder relacionarnos con Él de una manera profunda e íntima.

Podemos decir que tenemos una relación personal con Dios y que le amamos con todo su corazón, pero si nuestras acciones demuestran lo contrario, se verá muy claramente que son solo palabras.

Demás está decir que no alcanza con hablar, Dios demanda frutos de nosotros sus hijos. Si tenemos una verdadera relación con Dios, ese fruto se verá reflejado en nuestras vidas.

Podemos pedirle a Dios que nos examine y nos revele lo más profundo de nuestro ser, porque Él nos conoce mucho más de lo que nos conocemos nosotros mismos.

“Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; Pruébame y conoce mis pensamientos; Y ve si hay en mí camino de perversidad, Y guíame en el camino eterno”. (Salmos 139: 23-24).

Cada persona que conoce a Dios y tiene una relación con Él. Jamás olvidará el día en que vino a cambiar su vida para siempre.

Yo particularmente tuve la dicha de que mis padres amaron al Señor desde que yo era muy pequeña y ellos me guiaron a tener una relación con Dios, y a amarle por sobre todas las cosas. Estoy totalmente convencida que esa es la mayor herencia que pudieron dejarme, no heredé una fortuna material que es corruptible; más bien tanto mi papá que ya descansa en los brazos del Señor, como mi madre, a la cual disfruto y tengo la dicha de tenerla con vida compartiendo mi vida, aunque sea a la distancia, me heredaron un legado de devoción, amor, fidelidad y servicio incondicional a Dios. Esa es la mejor herencia que pudieron dejarme, porque tiene que ver con el Reino de los Cielos.

Esa herencia maravillosa es el camino marcado que debo seguir para vivir una vida plena. No hay bien alguno en el mundo, que pueda compararse con una fortuna semejante.

“Y el segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo”
(Mateo 22:39)

Este es el segundo mandamiento y es semejante al primero que habla de amar a Dios sobre todas las cosas; estos dos mandamientos son tan importantes que Jesús dice: “De estos dos mandamientos depende toda la ley y los profetas”.

(Mateo 22:40)

Estos versículos tienen una profundidad esencial para nuestra vida; ya que nuestro amor por Dios, define nuestro amor por nosotros mismos y por los demás.

Pues la palabra dice que debemos amar al otro como a nosotros mismos, por lo tanto no podemos amar a nadie si no nos amamos nosotros primero.

Les voy a Decir algo que va a parecer loco:
Dios nos muestra que la única forma de amarnos a nosotros mismos, es dejando de pensar solo en nosotros mismos.

¡¡¡Cómo es eso!!!

“Y por todos murió, para que los que viven, ya no vivan para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos” (2 Corintios 5:15).

La Palabra de Dios nos demuestra que el amor propio, es un reflejo del amor que sentimos por él. “El que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor”
(1 Juan 4:8).

Es hora de aplicar este texto a nosotros mismos y no solo relacionarlo con amar a los demás.

¡¡ESTA CLARO!!!! usted se amará, si PRIMERO AMA A DIOS.

ESA ES LA CLAVE. Quitar el foco de nosotros mismos y ponerlo en Dios.

Esta es la única manera de creer quienes somos en realidad, sin caer en la soberbia y la altivez.

Como dice su palabra.

Romanos 12:3 “³Digo, pues, por la gracia que me es dada, a cada cual que está entre vosotros, que no tenga más alto concepto de sí que el que debe tener, sino que piense de sí con cordura, conforme a la medida de fe que Dios repartió a cada uno.”

No encontramos la palabra autoestima en la Biblia, pero la realidad es que si habla de ella. Nos dice que Dios nos amó tanto que debemos aprender a amarnos a nosotros mismos, no por lo que somos, sino por lo que Él nos ha dado.

Conclusión

Cuando hablamos de autoestima, pensamos que a causa de nuestras imperfecciones humanas estamos perdidos.

No debemos buscar nuestra propia aprobación o la de los demás. La aprobación de Dios es lo que realmente importa. Nuestra relación con Dios tiene que tornarse en un ESTILO DE VIDA.

Para terminar quiero decir que el hombre necesita volver a su esencia, los libros de autoayuda, la psicología, la psiquiatría son muy útiles por que te ayudarán a saber de todo lo que eres capaz de lograr si te lo propones. Los científicos han pasado años estudiando el comportamiento del ser humano y han llegado a la conclusión de que tiene la capacidad de reconstruirse, si se lo propone a pesar de los eventos que lo marcaron a lo largo de su vida.

Pero hay algo que muchos no tienen en cuenta; y es que para alcanzar la plenitud en nuestras vidas debemos tornar la mirada a nuestro creador.

Solo El y nada, ni nadie mas, puede llenar el vacío que provoca no estar en contacto continuo con ÉL.

Recuerda: Yo me amo porque Él me amo primero.

Fuimos creados y moldeados por Dios para cosas grandes, si nuestra voluntad es la voluntad de Dios para nosotros, El hará grandes maravillas con nosotros.

Para las Preguntas

¿Quién Soy?, ¿Quién Piensan los demás que soy? Y

¿Quién piensa Dios que soy?

La Respuesta es muy Simple

YO CREO, LOS DEMAS LO VEN Y DIOS LO
SABE; QUE YO "SOY SU HIJO".