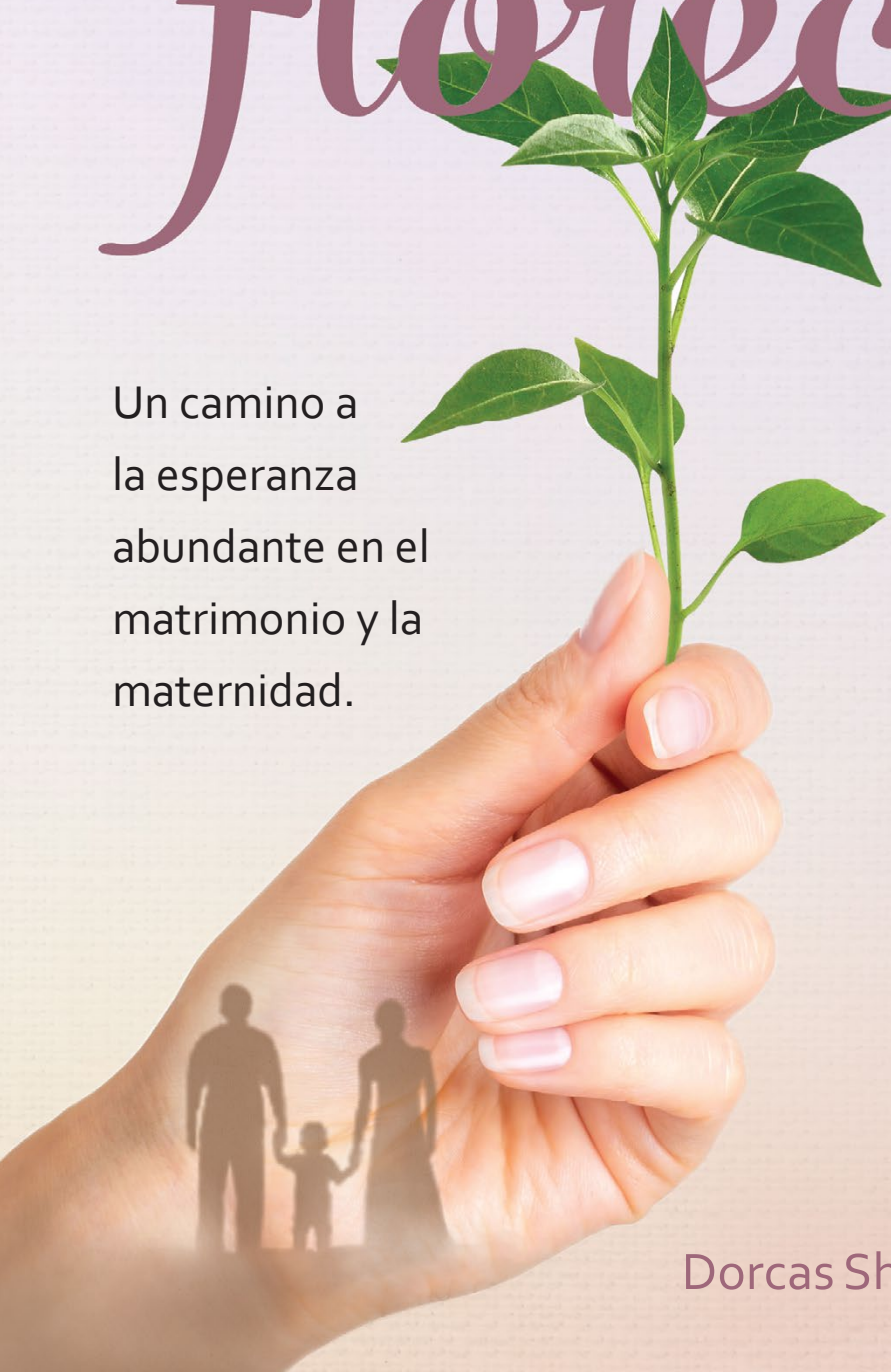
Florece

Un camino a la esperanza abundante en el matrimonio y la maternidad.



Dorcas Showalter

Florece

Un camino a la esperanza abundante
en el matrimonio y la maternidad.

Dorcas Showalter



CHRISTIAN LIGHT
PUBLICATIONS

FLORECE (Flourish)
© 2020 por Christian Light Publications, Inc.
Todos los derechos reservados.
Traduccion al español por www.manadigital.net
© 2026 por Christian Light Publications, Inc.
Todos los derechos reservados.

Christian Light Publications
Harrisonburg, Virginia 22802
Todos los derechos reservados

Diseño interior y de portada: Elizabeth McMurray
Gráficos interiores y de portada: Getty Images

El texto bíblico ha sido tomado de la versión Reina-Valera
© 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina;
© renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas.
Usado con permiso.

Dedico este libro a Dios.
Que los milagros que él ha obrado
en mi vida animen a otras mujeres a llevar
una vida para su gloria.

Y a ti, mujer,
dondequiera que te encuentres,
mientras lees este libro,
sabe que estoy orando por ti.

Contenido

Nota de la publicadora ix

Nota de la autora xi

Había una vez . . . 1

Fe 9

- Mi viaje de fe
- Etapas de invierno
- Sacrificio y servicio a los demás
- ¿Qué tal si mi esposo no es un líder espiritual?
- Una advertencia que debemos considerar
- Llegar a ser una mujer que trae gloria a Dios

Gratitud o descontento 31

- La trampa de "si tan solo"
- Cuando deshonras a tu esposo
- Sembremos amor y bondad
- El poder de los pensamientos
- La diferencia en los sexos
- ¿Qué tal de mis propias necesidades?

Sumisión o control 45

- El matrimonio y un partido de beisbol
- ¿Podemos acusar a nuestros esposos con Dios?
- Sumisión, un lugar de abandono
- Manipulación
- ¿Qué tal si tienes convicciones diferentes a las de tu esposo?
- Como al Señor

Cuando tu amor es traicionado 65
- ¿Expectativas fallidas o fracaso moral?
- La traición duele
- El poder y misterio del amor incondicional
- Esperanza y oración
- El testimonio de una esposa

La intimidad en el matrimonio 81
- Nuestra actitud es importante
- Comprendamos las necesidades de nuestro esposo
- Bella por dentro y por fuera
- El poder de la intimidad sexual

El tiempo 91
- El ama de casa distraída
- El tiempo y las redes sociales
- El tiempo y la madre que trabaja fuera del hogar
- La tierra de los blogs
- Consejos prácticos para un cambio positivo
- Escojamos libertad de las distracciones

La maternidad 121
- No es un camino perfecto
- Muerte a uno mismo
- Culpabilidad de madre
- Disciplina
- Enseñemos y entrenemos en la vida cotidiana
- Respondamos sus preguntas
- Agotamiento

Cuidemos el hogar 147
- Desarrollemos el hábito del orden
- Un horario funcional
- Mantengamos el hogar limpio y ordenado
- Mantenimiento diario
- Programa semanal de limpieza
- Limpieza estacional
- Compremos los comestibles y planeemos los menús
- El lavado de ropa

Belleza en el hogar 173
- ¿Qué es belleza para ti?
- Utiliza tu creatividad
- Dale lo mejor a tu familia
- El arte sagrado de la hospitalidad

La mujer bella 189
- ¿Qué *no* es belleza?
- Belleza del corazón
- La belleza de la modestia
- Belleza física práctica y piadosa
- Consejos naturales para la belleza
- Cómo hallar tiempo para el cuidado de belleza

La mujer de Proverbios 31 209
- La mentira original
- Proverbios 31 para la mujer moderna
- Reflectores de la luz de Dios

Una oración para cada día del mes 223

Reconocimientos 229

Nota de la publicadora

Dios diseñó el matrimonio para que sea la relación más alta e íntima entre el hombre y la mujer. El egoísmo, la inmadurez y la falta de seguir los caminos de Dios hacen que esa relación se deteriore. Dorcas Showalter se halló en tal situación.

Dorcas escribe desde su corazón y de sus experiencias, al reconocer sus fracasos en su matrimonio lleno de problemas. Cuando finalmente se entregó a su Padre celestial, Dios la encontró donde ella estaba y proveyó las respuestas que cambiaron su vida. En este libro, *Florece*, ella señala a los lectores a Dios y a su Palabra. Ella presenta su entendimiento de las Escrituras y cómo las aplicó a su situación. No todos estarán de acuerdo con todas sus conclusiones. Los cristianos sinceros que estudian la Biblia sacan diferentes conclusiones.

Al estudiar la Palabra, Dorcas fue impresionada fuertemente a no solamente rendirse a Dios, sino también a entregarse completamente a su esposo, sin retener nada. Dios honró su devoción y bendijo su matrimonio. Algunos lectores quizás se hallan en situaciones más terribles que las de Dorcas. Aunque a veces son pasos necesarios como retener intimidad física o separarse del esposo, nunca deben tomarse de manera liviana. Las respuestas a tales circunstancias difíciles varían, pero en cada caso, nuestra voluntad debe estar sujeta a la voluntad de Dios. Los líderes de la iglesia y cristianos maduros pueden ser instrumentos de Dios al ayudar a dirigir a las personas que se encuentran en estas circunstancias.

Nota de la autora

Yo escribí un libro que deseara haber leído cuando estaba recién casada. Ya que los mandamientos de Dios para las esposas no cambian, espero que también anime a las esposas en diferentes etapas del matrimonio y la maternidad.

He leído varios libros sobre el matrimonio y muchos de ellos me han frustrado con sus garantías de "haz esto y tendrás un matrimonio exitoso". A veces me sentía amargada porque el hombre que escribió el libro parecía ser un esposo perfecto. Muchos de los consejos que ofrecen los libros cristianos sobre el matrimonio no son relevantes a mi interpretación de la vida bíblica como anabaptista conservadora. Por lo tanto, escribí de mis propias experiencias como esposa, incluyendo los errores al igual que las bendiciones. Quiero que las esposas tengan la seguridad de que hay esperanza con Dios, no importa la situación en la que se encuentran. Si pides y buscas de todo corazón, él obrará en ti para traer cambios y bendiciones a tu vida matrimonial.

Decimos "Sí, prometo" el día de nuestra boda: "Sí prometo amar y estimar a mi esposo en salud y en enfermedad, en prosperidad y adversidad". Hemos prometido compartir con él los gozos y las tristezas de la vida, ser bondadosas, benignas, pacientes con él y vivir con él en paz como conviene a una esposa cristiana fiel. Es fácil cumplir con el "sí, prometo" cuando disfrutamos salud y prosperidad. No es difícil ser bondadosas cuando sentimos que nos valoran y nos comprenden. Sin embargo, es igualmente necesario cumplir nuestras promesas cuando las circunstancias son diferentes de lo que nos imaginamos el día de nuestra boda.

No he sugerido nada que no he intentado y comprobado en mi propio matrimonio. Este libro no ofrece "diez pasos a la felicidad matrimonial". Más bien, presento verdadera esperanza bíblica para las mujeres casadas en la actualidad, cuando la cultura secular está penetrando hasta los hogares

menonitas conservadores y afecta nuestras actitudes hacia los hijos y la relación con nuestro esposo.

Otras mujeres están cometiendo los mismos errores que yo cometí, y quiero animarlas a buscar una relación más profunda con Dios y un entendimiento más claro de su voluntad para la mujer de modo que puedan experimentar la satisfacción en su matrimonio y familia. Por lo tanto, con la bendición de mi esposo, he escrito la historia de nuestro matrimonio y de cómo ha crecido hasta llegar a ser lo que hoy es. No es perfecto, pero es un viaje actual con gozo y belleza junto al camino.

Había una vez . . .



. . . un galán y joven príncipe que se enamoró de una doncella. Y, mucho tiempo después de que la doncella se enamoró del príncipe, se casaron.

Si bien, Doncella no era una joven necia, era muy ignorante del mundo de los hombres, el matrimonio y lo que constituye un hogar hermoso. Cuando observaba otros matrimonios durante su adolescencia, decidió que ella respetaría a su esposo por siempre jamás, sin importar las circunstancias. (Para ella, esta decisión era igual que decidir nunca usar zapatos anaranjados y, por lo tanto, vivir toda su vida sin usar zapatos de ese color).

Durante esos primeros meses de matrimonio, abundaban las sonrisas, el amor y los abrazos. Príncipe y Doncella se acurrucaban en cobijas bajo el cielo estrellado, caminaban de la mano dondequiera que iban, y vivían anhelando los fines de semana cuando podían estar juntos día y noche.

Los días eran rosados y la esposa joven le informó a su madre:

—Príncipe y yo somos tan iguales. Nuestro único desacuerdo es sobre la mantequilla de cacahuetes.

Entonces, cierto día Dios sonrió de manera especial y la joven pareja se emocionó al descubrir que Doncella esperaba su primer bebé.

Los días seguían pasando con abrazos bajo los cielos estrellados, largas caminatas tomados de la mano y rostros radiantes. Pero algo había cambiado. Doncella, aunque todavía estaba enamorada de Príncipe, se enfermó gravemente con este embarazo. Otras cosas también cambiaron. La ropa limpia a veces se amontonaba en una silla en la esquina de la habitación. No le era atractivo a Príncipe tener que rebuscar los calcetines entre el montón o lavar los trastos sucios en las noches si Doncella no los había lavado.

Otra cosa que molestaba mucho a Príncipe eran las lágrimas de Doncella. Sus ojos, que siempre lo habían mirado con tanto amor, ahora a veces no lo miraban con tanta alegría y se llenaban de lágrimas. Esto era incómodo para Príncipe, así que añadió una fina capa de metal sobre su armadura con la esperanza de que las lágrimas no pudieran penetrar.

El tiempo pasó y la niñita más hermosa les nació a los dos amantes. Doncella, quien había estado muy enferma, ahora gozaba de buena salud, y ella y Príncipe pasaban muchas horas sosteniendo en los brazos y adorando a su bebé mientras soñaban con su futuro.

Cuando la bebé había cumplido unas semanas de nacida, Príncipe le dijo a Doncella que debía sacar todo lo que les pertenecía. Debían deshacerse de todo lo que no cabía dentro de una casa remolque que él había construido. Doncella alegremente cumplió con la tarea, ya que esto era parte de su sueño, y cuando Bebé había cumplido diez semanas, partieron hacia el oeste de Oregón, lejos de Ohio y lejos de su cálido hogar lleno de recuerdos de su primer amor.

A medio camino de su viaje, Príncipe descubrió que había quedado sin el empleo que le habían prometido. Sin embargo, tomó cargo del asunto y decidió que podían vivir en la casa desocupada de su hermana en la frontera entre Idaho y Oregón hasta que supieran cuál era el próximo paso que debían tomar. Doncella estaba feliz con la idea.

Príncipe y Doncella disfrutaron juntos nuevas aventuras, pues él había crecido en esta zona y era territorio conocido para él. La pareja feliz se sorprendió cuando descubrió poco después, de hecho, muy poco tiempo después, que Doncella esperaba el bebé número 2. Otra vez, ella se enfermó. Mientras estaba enferma y acostada en el sofá, Doncella empezó a extrañar las amistades que había dejado atrás en Ohio y los maravillosos momentos que habían pasado juntas.

Aunque Príncipe y Doncella todavía disfrutaban muchos buenos momentos juntos durante esas semanas, volvieron a aparecer las lágrimas. ¿Y Príncipe? Él añadió otra capa de metal a su armadura. Después de todo, Doncella alegremente lo había acompañado en el viaje; no era su culpa que se había quedado sin trabajo.

A Doncella se le olvidó que Príncipe primeramente había sido atraído por su sonrisa, y sus lágrimas caían con demasiada frecuencia. Príncipe añadió

capas de metal a su armadura una y otra vez. Él amaba mucho a Doncella, pero esas lágrimas lo afectaban de maneras que no le agradaban.

¡Oh, las lágrimas y las capas de metal! Doncella acabó absorta en la tristeza de extrañar a sus amigas, a su madre y en el esfuerzo de cuidar a Bebé. Estaba tan absorta en sí misma que no comprendía que sus lágrimas estaban causando problemas en el Paraíso. De hecho, fueron la razón de que Príncipe comenzara a pasar más tiempo durante el día y más tardes después del trabajo con sus dos hermanos.

Después de cuatro meses de vivir en Idaho, Príncipe anunció que otra vez se mudarían; se irían a Montana, donde buscarían una iglesia, amistades y un doctor para Doncella. Aunque emocionada, Doncella estaba demasiado enferma como para empacar sus cosas. Así que permaneció acostada en el sofá, sin poder hacer nada mientras la hermana de Príncipe y la novia de su hermano empacaban caja tras caja.

En Montana, Príncipe y Doncella seguían enamorados. También les encantaban los grandes cielos abiertos, los campos de trigo y la hermosa vista de las montañas.

Con todo, los problemas acechaban al Paraíso. Aunque Doncella había tomado la decisión de siempre respetar a Príncipe, estaba segura de que casi todo lo que salía mal era por culpa de él. Y Príncipe, quien hacía el mejor esfuerzo por aprender a ser un esposo, estaba seguro de que los problemas eran culpa de Doncella.

Sin embargo, a pesar de los problemas que acechaban, la vida era feliz, con momentos de risa y mucho amor. Todavía había tiempo para extender las cobijas en los campos soleados de tréboles, tiempo para reír al andar en el camión de grano (a pesar de la enfermedad de Doncella) y tiempo para deleitarse con la pequeña Bebé, quien crecía rápidamente.

Luego el Pequeño Príncipe nació con complicaciones, lo que resultó en una larga estadía en el hospital y una Doncella débil. ¡Oh, cómo lloraba el Pequeño Príncipe! Lloraba día y noche, y ningún doctor ni masaje ni medicamento podía hacer que desistiera. Príncipe y Doncella, aunque todavía enamorados, casi no podían pasar tiempo en conversación sin interrupción. Doncella lloraba más y más bajo toda la presión, pues Bebé número 1 seguía siendo infante y Pequeño Príncipe lloraba continuamente. Ella extrañaba la cercanía y los

abrazos de Príncipe.

De repente, para la gran ansiedad de Doncella, observó a otra doncella más joven y con malas intenciones que intentaba atraer a Príncipe con sus encantos. Ahora, Príncipe de verdad amaba mucho a su propia Doncella y no podía ver las trampas que Doncella Guerrera le tendía con astucia. Príncipe pensaba que su Doncella estaba haciendo una tormenta en un vaso de agua y esto hizo que Doncella derramara más lágrimas, lo que a su vez añadió más capas de metal a la coraza de Príncipe.

Esto siguió durante un buen tiempo, durante el cual también hubo muchos momentos felices, porque después de pocos meses Pequeño Príncipe cambió su llanto incesante por sonrisas. Bebé número 1 también crecía, y sus sonrisas y conversaciones eran el deleite de Príncipe y Doncella.

Doncella Guerrera seguía tratando de encantar a Príncipe, y la Doncella de Príncipe seguía luchando por su matrimonio. Se derramaron más lágrimas y más capas de metal fortalecieron la armadura de Príncipe. Durante todo este tiempo, ya que Doncella una vez había tomado la decisión de siempre respetar a su esposo, estaba segura de que toda su miseria era culpa de él.

Entonces Príncipe comenzó su propio negocio. Príncipe y Doncella otra vez se trasladaron a otra casa para estar más cerca del trabajo, la iglesia y sus amistades. Para el alivio de Doncella, su nuevo hogar quedaba como a una hora de la casa de Doncella Guerrera.

Sin embargo, su alivio fue de corta duración, pues Doncella Guerrera no iba a darse por vencida. Más lágrimas se derramaron, más capas de metal se añadieron y el orgullo se fue levantando. Príncipe comenzó a comprender que quizás Doncella tenía razón de las intenciones de Doncella Guerrera, pero después de varios años y la molestia que le causaban las lágrimas de Doncella, sus capas de metal se habían convertido en acero templado.

La única forma de súplica que conocía la Doncella ignorante eran las lágrimas. Y aunque las lágrimas en sí no son malas, únicamente atraerían a un Príncipe soltero y simpático, definitivamente no al Príncipe casado cuando ya hay problemas en el Paraíso.

Príncipe trabajaba arduamente para establecer su negocio y Doncella muchas veces se sentía sola y abrumada. De los libros sobre el matrimonio y otras fuentes, ella llegó a convencerse de que, si Príncipe verdaderamente

la amaba, no trabajaría los sábados. Si realmente la amaba, le ayudaría a lavar los trastos en las noches y con más frecuencia cuidaría a sus niños para que ella pudiera tener tiempo a solas. Tal atención de parte de Príncipe le parecía atractiva a Doncella, ya que Bebé número 3 había llegado a su pequeño hogar antes de que Bebé número 1 cumpliera los tres años.

En este período de tiempo, Príncipe habló varias veces con Doncella acerca de su cuenta de Facebook. Él observaba que Facebook solo empeoraba las luchas en su corazón y deseaba verla cerrar la cuenta, aunque dejó que Doncella decidiera. Ella temía quedar aislada de sus amistades, muchas de las cuales estaban en el Facebook, en caso de cerrar su cuenta. ¡Terminaría ermitaña! Con tres niños pequeños, visitar a sus amigas en persona no era fácil. Sin embargo, Doncella deseaba agradar a su Príncipe, así que cerró la cuenta de Facebook.

Un día, una amiga que conocía las luchas de Doncella debido a las largas horas de trabajo de Príncipe y cuán abrumada se sentía, le regaló un libro para animarla en su matrimonio.

Doncella no había leído ni una página completa cuando ya comprendía que su amiga no habría podido darle algo mejor. Muy pronto, Doncella ya comprendía también que ella había fallado en honrar a su esposo a pesar de que mucho tiempo atrás había decidido respetarlo siempre.

Durante mucho tiempo, Doncella no le contó a Príncipe del libro. Sin embargo, a medida que leía el libro, se le abrían los ojos al hecho de que, aunque en ocasiones Príncipe había tenido la culpa, ella también compartía mucha responsabilidad. Descubrió que respetar a su esposo no era una decisión que se toma una vez en la vida, como la decisión de no usar zapatos anaranjados. ¡Oh, no! Respetar a Príncipe sería una decisión continua, segundo tras segundo y pensamiento tras pensamiento.

Mientras Doncella leía el libro, fue haciendo cambios en su vida. Por otra parte, también comenzó a leer la Biblia más fielmente. Cuando Doncella Guerrera trataba de hacer guerra en el Paraíso, Doncella se negaba a llorar y en lugar de ello practicaba bondad inagotable hacia su esposo. Aunque cometió muchos errores, comenzó a notar el progreso en su corazón y en sus hechos.

En lugar de esconder su armadura en el armario, lista para sacarla cuando apareciera Doncella Guerrera, Doncella procuró hacerse más y más hermosa

cada día y cada noche para Príncipe. Permitió que la gentileza endulzara su rostro cuando lo miraba y le regalaba sonrisas especiales. A menudo, muy a menudo, ella oraba. Sus lágrimas todavía corrían, pero Dios era el que más las observaba, no Príncipe, porque Dios tiernamente enjuga las lágrimas y las reemplaza con su paz. Doncella comprendió que sus lágrimas en presencia de su esposo solamente lo impulsaban a añadirle más capas a su armadura.

Mucho tiempo después, Príncipe le contó a Doncella que Dios le había mostrado el error de permitir que Doncella Guerrera se entrometiera en su matrimonio con Doncella. Por el orgullo y el grosor de su armadura, no fue hasta después que le reconoció a Doncella la gravedad de su error. Conforme su propia Doncella llegaba a ser más y más hermosa a pesar de sus lágrimas ocasionales, él se alejó rápidamente de Doncella Guerrera.

Príncipe decidió que debían trasladarse otra vez, porque había comenzado un negocio secundario de criar ganado de engorde y necesitaba un local con corrales.

La casa "nueva" era bonita; solo que no era tan bonita como su casa anterior. Doncella rehusó meditar sobre ese hecho y, como resultado de los cambios en su corazón, siguió gozosamente a Príncipe a su nuevo hogar. Un día, al contemplar con descontento las encimeras anticuadas anaranjadas y el fregadero amarillo, ella comprendió que, si no podía estar contenta en esta casa, nunca lo estaría en una casa más nueva.

Las lágrimas de Doncella no se habían acabado, pues una gran depresión cayó sobre su corazón después de Bebé número 3. Tanto las lágrimas como la depresión frustraban mucho a Príncipe y él añadió más capas de metal a su armadura. En medio de todo, él y Doncella todavía disfrutaban momentos ocasionales de risas, amor y bellas sonrisas.

Doncella, en la desesperación, descubrió la clave para vencer su depresión en la Biblia. Lentamente logró salir del hoyo profundo y oscuro hasta llegar a la luz.

Un año después, Príncipe y Doncella compraron su primera casa, trasladándose a su sexta casa en sus primeros seis años de matrimonio. Doncella luchaba un poco con esta casa móvil más vieja, pero estaba aprendiendo a estar contenta con lo que tenía. Así que pintó los viejos muebles oscuros a un lindo color crema y los encimeros verdes a un hermoso veteado de gris y azul con

pintura que había hallado en liquidación.

De repente, un día de otoño, Príncipe anunció que construirían una casa nueva. Y así fue. Tres meses después, se trasladaron a una casa completamente nueva; su casa número siete. Doncella amaba esta casa, especialmente porque había aprendido el contentamiento en sus otras casas, nunca habiendo soñado que algún día viviría en una nueva.

Príncipe y Doncella vivieron en esa casa durante poco más de dos años. Dios los seguía llamando a nuevos lugares y circunstancias que no pudieron predecir. Ellos han pasado muchos momentos maravillosos y también muchos momentos de lágrimas y capas de metal. Al pasar horas dialogando los asuntos, las lágrimas lentamente se van disipando y las capas de metal están disminuyendo. Príncipe y Doncella finalmente están comprendiendo que las lágrimas y capas de metal son sus tendencias naturales, pero ahora conocen un mejor camino.

Juntos desean compartir las cosas que han aprendido acerca del matrimonio con otros príncipes y doncellas que andan por el mismo camino, para ayudarles a evitar las lágrimas problemáticas y la armadura impenetrable que disminuye el gozo del matrimonio.



Así que, siéntate con una taza de café y tu Biblia, y lee mi historia. No es una historia de perfección alcanzada. De hecho, necesitaré un ejemplar propio que pueda guardar junto a mi cama para que me ayude a recordar lo que he aprendido. Era el deseo de Príncipe que Doncella escribiera su historia, y Doncella normalmente se deleita en cumplir los deseos de su esposo. (Todavía está trabajando en eso).

No tomes nuestras experiencias y palabras como verdad absoluta. Lee la Biblia y mira por ti mismo si lo que he escrito coincide con la Palabra de Dios. Que tu corazón se anime, pues hay esperanza aun en los momentos más oscuros.

"Considera lo que digo, y el Señor te dé entendimiento en todo" (2 Timoteo 2:7).

La fe



"¡Quién diera que tuviesen tal corazón, que me temiesen y guardasen todos los días todos mis mandamientos, para que a ellos y a sus hijos les fuese bien para siempre!" (Deuteronomio 5:29).

¿Qué es la fe? No es una idea elevada que nos desanimamos porque nunca la podremos alcanzar. Los héroes de la fe en Hebreos 11 eran iguales a nosotros; no eran perfectos, pero estaban rendidos a Dios, permitiendo que él obrara en sus vidas.

Mi viaje de fe

Llegué a los pies de Cristo cuando tenía trece años. Me había criado en una iglesia donde no se nos animaba a decir con seguridad que estábamos bien con Dios, porque podíamos estar pasando por alto algún pecado. Temía a Dios, pero no de la manera correcta. Entendía la justicia de Dios, pero no comprendía su amor y misericordia.

No fue hasta unos años después de haberme casado que la lectura regular de la Biblia llegó a ser parte de mi vida. Como adolescente, ponía la excusa de que conocía personas que leían la Biblia fielmente y, sin embargo, no vivían según ella. Así que, aunque deseaba ser cristiana, me alejé de la costumbre de leer la Biblia a diario. En lugar de eso, pensé que trataría de vivir según lo que ya conocía.

Así que por mucho tiempo casi no leía la Biblia aparte de los días que iba al culto. Después de casarme, mis días estaban llenos de trabajo en la casa, y las noches las pasaba con mi esposo. Entonces vinieron tres bebés en menos de tres años y me sentí hasta el límite.

En algún momento durante el tiempo que lidiaba con mi segundo bebé, Doncella Guerrera y mis emociones agotadas, comprendí que me alejaba más y más de lo que deseaba en la vida. Me esforcé por estar feliz y ser bondadosa y deseaba que mis lágrimas se secaran. Las lágrimas fueron en vano, así como las quejas constantes. Pero no tenía idea de cómo cambiar mis circunstancias o, más bien, mi actitud en las circunstancias presentes. Rodeada de asuntos estresantes y luchando por mi matrimonio, me preguntaba cómo lograría soportar.

Yo oraba fervientemente. Muchas veces lloraba y le pedía a Dios que me hiciera una buena esposa. No tenía idea de cómo Dios iba a contestar mis oraciones ni de la obra que él tenía planeada para mi corazón.

Durante el embarazo de nuestro tercer hijo, pasaba todo el día acostada sobre el sofá, rogándole a Dios que me diera solamente un buen día durante mi embarazo. En lugar de entender que quizás Dios intentaba enseñarme algo por medio de este "aguijón en la carne",[11] hice mi mayor esfuerzo con mis propias fuerzas. A las veintitrés semanas de embarazo, me desperté a medianoche con un terrible dolor en el costado derecho. Me hicieron una cirugía exploratoria y resultó siendo solamente apendicitis. Pero me preguntaba: "¿por qué yo?" ¿No pensaba Dios que yo tenía suficientes luchas con el embarazo y los intentos de arreglar mi matrimonio?

Lentamente pasaron los días y las semanas, llenos de vómitos y visitas al médico para que me aplicaran sueros intravenosos porque estaba muy deshidratada. Una familia muy bondadosa de la iglesia llegó varias veces a barrer el piso o lavar los trastos.

¡Oh, cuán bello y cuánta bendición fue cuando finalmente nació nuestra pequeña niña! Ella dormía, comía y bostezaba al tiempo indicado. Mi esposo y yo estábamos encantados con ella y los dos hijos mayores estaban muy contentos.

¡Tres niños menores de tres años! Yo incluso vuelvo a ver las fotografías y me pregunto cómo lo logré. Ahora sé que Dios estaba obrando en cada situación, haciéndome llegar al fin de mí misma y esperando allí con los brazos abiertos.

Mi esposo y yo somos testarudos. La voluntad fuerte de él es excelente

1. 2 Corintios 12:7

para el liderazgo; la mía no sirve muy bien para seguir a otros, a menos que la rinda a Dios. Irónicamente, durante todos los primeros años de nuestro matrimonio, pensé que yo era la que mejor estaba siguiendo la voluntad de Dios. Podía ver, con honesta claridad, todas las faltas y pecados de mi esposo sin recordar que él miraba los míos con la misma facilidad.

Sentí una inquietud en mi corazón de que debía influenciar a mis hijitos para que crecieran hasta ser hombres y mujeres fuertes para Dios. Empecé a cuidar mis palabras y eliminar parte de la música que escuchaba, especialmente cuando nuestra hija mayor comenzó a unir su voz con algunas de las canciones. No me parecía mal cuando yo las cantaba, pero me sentía diferente escuchar las palabras de boca de nuestra hija.

Mi esposo y yo habíamos observado matrimonios donde la esposa había llegado a ser más y más "espiritual" y el esposo podía ver la realidad de lo que sucedía. Él sentía la frialdad, la actitud silenciosa de superioridad porque ella se creía mejor que él. Miramos a estos esposos alejarse más y más de lo que sabían que era correcto, impulsados por la actitud crítica de sus esposas. Por esa razón, mi esposo comenzó a preocuparse un tanto por los cambios que yo estaba haciendo, temiendo que me volvería fría y amargada contra él conforme me enfocaba más y más en cosas externas. Tuvimos varias conversaciones a través de los años y lentamente descubrí lo que hace a una esposa más como Dios. No es solamente la práctica exterior de justicia, aunque eso también es importante. Pero una esposa primeramente necesita permitir que Dios cambie su corazón para que ella se relacione con su esposo e hijos de la manera que Dios quiere que lo haga.

Ya que nuestros niños todavía me despertaban durante la noche, normalmente dormía hasta que ellos se despertaban en la mañana. Mi conciencia me recordaba que debía leer la Biblia y orar intencionalmente por mi esposo y nuestros hijos, pero hacía esos pensamientos a un lado. Cuando leía la Biblia, las cosas solamente parecían empeorar. Me sentía condenada y luego reprimía mis frustraciones porque pensaba que esa era la manera de ser buena cristiana.

Durante el tiempo en que mis hijos tomaban una siesta, me apresuraba a hacer la limpieza y las otras tareas que tenía en la lista. En las noches, a mi esposo le encantaba pasar tiempo con los niños, lo cual me daba tiempo para

ordenar la casa sin interrupción o mecer a la bebé a solas. Y así, razonaba, no tenía tiempo para leer la Biblia. Cuando la culpa me abrumaba muy fuertemente, pasaba un día o dos o a veces hasta una semana leyendo fielmente la Biblia, pero no parecía marcar una diferencia en las dificultades en mi vida. Así que otra vez dejaba a un lado la lectura de la Biblia para dar lugar a cosas más "importantes".

Pero al leer un libro sobre el matrimonio cristiano que una amiga me había regalado, se sembraron semillas en mi corazón. Estas luego comenzaron a crecer y, finalmente, cuando hubo un momento de paz en medio del ruido y el oficio, comencé a leer la Biblia junto con el libro.

Desde mi niñez, sabía lo que dice la Biblia acerca del papel de la esposa en el matrimonio, pero ahora comencé a comprenderlo desde una nueva perspectiva. No había ningún "pero" ni "a no ser que…" que me excusara de obedecer los mandamientos de Dios para las esposas. En lo profundo de mi ser ya sabía que debía obedecer y honrar a mi esposo. Había observado a mujeres cristianas hablar mal de su esposo o argumentar con él si no les gustaba algo que decía o hacía. Subconscientemente, esa exposición hacía que esto me pareciera más normal y aceptable, pero sabía que este no era el tipo de matrimonio que yo deseaba.

Al leer la Biblia junto con el libro en cuanto al matrimonio, reflexionaba sobre situaciones en mi matrimonio que no habían marchado bien y miraba cómo hubiera podido ser más bondadosa y hablar de manera más respetuosa. Mis reacciones lentamente comenzaron a cambiar. Traté de responder de manera diferente la próxima vez que estas situaciones se presentaran.

Pero yo luchaba con el temor. Empecé a comprender que Dios quería que yo amara a mi esposo exactamente como era, a pesar de sus deficiencias y aun cuando cometía errores. Es poco común el hombre que ha llegado a ser un mejor hombre a través de las críticas crueles de su esposa. Quizás llegue a ser un hombre amargado y deshecho, pero probablemente no sea mejor.

Aun así, yo temía que si amaba a mi esposo tal y como era, sin recordarle sus faltas, él iba a pensar que estaba bien y que no tenía que cambiar nada. ¿Cómo podía aun empezar a amar a mi esposo tal y como era? Temía que si lo amaba así, llegaría a tomar el segundo lugar después de Doncella Guerrera. A veces sentía que ya estaba en esa posición. Si me enfocaba en el temor, este

me volvía loca y luego controlaba mis respuestas a mi esposo.

Por unos años, la batalla en mi corazón fue muy feroz. Satanás me acechó con cada temor y cada trampa que podía. Demasiadas veces, logró derrotarme cuando me rendía ante aquellos temores. En algún lugar escuché que Satanás tiene una cuerda de tres dobleces que no es fácil de romper: el temor, el dolor y la mentira. Su táctica más fuerte es una mentira que trae temor al dolor.

Una de las tácticas de Satanás es persuadirnos de que seremos arruinados si confesamos nuestro pecado. Pero es todo lo contrario. Cuando tenemos el valor de decir la verdad, aunque nos haga quedar mal, entonces y solamente entonces podemos comenzar a andar por el camino al perdón y la sanidad en nuestro corazón.

Pensé que amaba a mi esposo con todo mi corazón. Razonaba que por eso era mi dolor: por causa del amor. Pero al leer más la Biblia, comencé a ver que no lo amaba como Jesús me ama a mí. Yo tenía condiciones que mi esposo debía cumplir; pues pensaba que así le podría amar más. Quizás Dios sí quería que él dejara algunas cosas; pero a pesar de mis convicciones en contra de resistir el mal con el mal, usaba mi lengua de una manera que violaba las enseñanzas de Jesús. De hecho, mi lengua estaba ayudando a dividirnos.

Los cambios se dieron poco a poco, a veces en formas tan pequeñas que no notaba la diferencia hasta que me detenía a reflexionar. Mi Biblia, el libro de mi amiga y la esquina de nuestro sofá llegaron a ser mi pequeño santuario. En lugar de empezar un capítulo y seguir leyendo, leía donde se abría mi Biblia. Durante un tiempo, Dios me habló por medio de los versículos que estaba leyendo. Cada lugar donde se abría mi Biblia había un versículo que necesitaba leer.

"Clama a mí, y yo te responderé, y te enseñaré cosas grandes y ocultas que tú no conoces" (Jeremías 33:3).

"Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada. Pero pida con fe, no dudando nada; porque el que duda es semejante a la onda del mar, que es arrastrada por el viento y echada de una parte a otra. No piense, pues, quien tal haga, que recibirá cosa alguna del Señor" (Santiago 1:5-7).

Dios me había estado llamando durante todos aquellos años cuando ni estaba segura si era cristiana porque fracasaba tantas veces, y durante los momentos en que estaba muy confundida y llena de temor. Él me había estado llamando a acercarme a él en medio de circunstancias difíciles, amorosamente preparando el terreno de mi corazón.

Una tarde cuando el sol entraba por las ventanas de la sala y mi corazón estaba confundido, llegué al fin de mí misma. Le dije a Dios que le entregaba todo; que ya no podía por mi propia cuenta. No hubo ningún ruido fuerte, ni siquiera una fuerte ola de emoción. Pero Dios conocía la sinceridad de mi entrega a él.

Pensé que mi sacrificio de entrega era completo y que de ese momento en adelante mis actitudes y reacciones serían impulsadas por Dios. Pero no pasó mucho tiempo hasta que descubrí que las reacciones piadosas no nacen automáticamente. Yo debía tomar la decisión consciente de entregarme vez tras vez.

Empecé a "[llevar] cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo".[2] En lugar de enojarme cuando sabía que mi esposo estaba sentado en el sofá enviándole mensajes de texto a Doncella Guerrera, oraba. Oraba por mi propio corazón y oraba por mi esposo. El amor empezó a reemplazar mi amargura, pues conforme mi corazón se llenaba más de Dios, el enojo y la amargura ya no tenían lugar. Mis ojos fueron abiertos a las muchas maneras que mi esposo había intentado y seguía intentando mostrarme su amor.

Cuando Bebé número 3 tenía casi cinco meses, sufrí de una depresión postparto severa. Yo había estado enferma veintisiete meses en los últimos tres años y medio; y eso, junto con el estrés de bebés pequeños y todo lo demás, me dejaron sintiéndome completamente atrapada.

Deseaba una salida. ¿Una salida de qué? Amaba a mi esposo, nuestros hijos, nuestra casa y nuestros amigos. Pero aún me sentía perdida en el túnel más oscuro, sin ni siquiera la esperanza de una luz. Mi esposo, que nunca había luchado con la depresión, no tenía ni la menor idea de qué hacer con su triste y llorona esposa.

Él se imaginaba que yo estaba sintiendo autocompasión y que si él me presionaba lo suficiente, volvería a la normalidad. Pero esto solo parecía

2. 2 Corintios 10:5

aumentar mi problema. ¡Si tan solo pudiera nada más salir de mi problema y volver a la normalidad! Algunos días deseaba morir, pero sabía que si voluntariamente me quitaba la vida no iría al cielo. No hallaba cómo salir de esta oscuridad.

El libro sobre el matrimonio no hablaba de la depresión, así que dejé de leerlo y luego también dejé de leer la Biblia. Clamaba desesperadamente a Dios en oración. En mi búsqueda infructuosa de obtener respuestas, me volví contra mi esposo, quien estaba confundido por esta mujer extraña que un momento lo deseaba y el siguiente lo apartaba fuertemente con sus palabras. Perdí todo lo que había avanzado en mis intentos de amar a mi esposo incondicionalmente.

Una amiga mía estaba tomando medicamento antidepresivo y cuando le conté de mi depresión, ella me animó a medicarme también. Mi esposo no quería que me empezara a medicar y yo tampoco deseaba hacerlo. Pero necesitaba ayuda inmediata.

Me mordía un nudillo o el interior de mi mejilla para no llorar. Después lamentaba haberlo hecho, pero en el momento, el dolor físico me ayudaba a suprimir el gran dolor en mi corazón. Sin saber qué hacer, mi esposo finalmente escuchó mis ruegos y fuimos al médico. No sabíamos qué más hacer.

Le dije al doctor que quería el nivel mínimo de antidepresivos y él me los recetó. El cuarto día después de comenzar a tomarlos, el sol de repente era muy brillante, mis emociones soportaban a los niños y sus exigencias, y sentía que mi esposo era casi el mejor; a pesar de que mis circunstancias no habían cambiado.

En lugar de sentirme atrapada dentro de un túnel negro y mirar todo a través de una nube gris, hacía pequeñas danzas porque me sentía tan feliz. Cuando leía mi Biblia, experimentaba emociones altas, pero luego mis emociones se volvían a bajar. Sin embargo, evitaba bajonazos de emociones en presencia de mi esposo, porque deseaba creer que ahora estaba más en control de mis emociones.

Ocho meses después, mi esposo me dijo que tenía que dejar de tomar el medicamento. Yo le rogué: "¡Por favor, no! Me siento como mi verdadera persona cuando lo tomo". Él me dijo que yo estaba demasiado feliz; no

importaba lo que él decía o hacía, nada me desconcertaba. Durante unos segundos ponía cara triste y luego todo estaba bien. Aunque él no deseaba que volviera su esposa llorona, sentía que una esposa con emociones falsas era aún peor. Así que comencé a dejar de tomar las píldoras.

Apenas había dejado de tomar los antidepresivos cuando nuestra bebé de quince meses se cayó, resultando en una fractura fina en su tobillo. Cuando la llevé a la clínica, no tenía idea de que el doctor lo había reportado a los servicios sociales hasta una o dos semanas después cuando un trabajador de servicios de protección infantil y un policía llegaron a nuestra casa, amenazando con quitarnos a nuestros tres hijos y ponerlos en hogares de acogida.

Una sola audiencia fue suficiente para convencer a las autoridades de que no había evidencia criminal de abuso o negligencia contra nosotros, pero mientras tanto, nuestros hijos fueron forzados a vivir con amigos y familiares porque no se nos permitía estar solos con ellos. Mes y medio después, se nos permitió tenerlos en casa durante el día siempre y cuando nos acompañara una muchacha soltera de la iglesia.

Durante esta terrible experiencia traumática de cinco meses, el demasiado entusiasta trabajador de servicios de protección infantil (quien luego descubrimos que no había seguido los correctos procederes legales), ordenó que mi esposo y yo recibiéramos consejería matrimonial. Un consejero fue enviado a nuestra casa una vez; nos hizo toda clase de preguntas y luego se preguntó por qué estaba allí. Comparado con los matrimonios con quienes normalmente trabajaba, nuestro matrimonio le parecía casi perfecto.

Se acabó el plazo de tiempo durante el cual los servicios de protección infantil podían mantener abierto el caso sin más audiencias legales, y finalmente pudimos volver a unirnos como familia sin supervisión.

El día siguiente me golpeó todo el estrés de los cinco meses anteriores. Esto era algo más que depresión postparto, era algo diferente, más oscuro, más desesperado. Mi hermana me tuvo que llevar de la mano para consultar con un médico, pues no podía ver a causa de ampollas que cubrían mis ojos. El doctor dijo que las ampollas eran un efecto secundario de tensión extrema y me recetó medicina que no tuvo efecto.

Le rogué a mi esposo que me permitiera volver a tomar antidepresivos. Me dijo que no. Entonces le rogué que me dejara buscar consejería, pero también me dijo que no. Necesitaba algo desesperadamente y tenía miedo de lo que podría hacer en mis momentos más oscuros.

Un día durante la hora de siesta de mis hijos, clamé a Dios en completa desesperación, "Si hay respuesta para mí en la Biblia, ¡te ruego que me la muestres!"

Mi Biblia se abrió en Filipenses 1:2. "Gracia y paz a vosotros, de Dios nuestro Padre y del Señor Jesucristo". ¡Paz! Mi corazón no sentía paz alguna, sin embargo, yo anhelaba esa paz más que cualquier cosa en el mundo.

Al leer más en el libro de Filipenses, empecé a absorber todas las promesas que encontraba. Mi corazón buscaba respuestas como una esponja muy, muy seca. "Estando persuadido…que el que comenzó en vosotros la buena obra, la perfeccionará…"[3] ¿La obra de Dios en mí? ¿Era eso posible? Me sentía como un fracaso; no era lo suficiente buena.

"A fin de que seáis sinceros e irreprensibles para el día de Cristo llenos de frutos de justicia que son por medio de Jesucristo, para gloria y alabanza de Dios".[4] Había hallado la respuesta que buscaba.

La depresión postparto en sí no era mi pecado; mis hormonas estaban fuera de control y buscaban equilibrarse. Pero había muchas cosas de mi pasado de las que ni estaba consciente que me agobiaban el corazón. Yo creo que Satanás se aprovechó de mi depresión postparto, mi cansancio físico y emocional, y luego los meses traumáticos de lidiar con acusaciones falsas y la amenaza de perder nuestros hijos para obtener un punto de apoyo en mi corazón, llenarlo de mentiras y hacer mucho peor mi depresión.

Eso fue un nuevo momento decisivo; un hito en mi viaje de fe. Ahora me encantaba leer la Biblia y hacía un gran esfuerzo para que mis tres hijitos durmieran a la misma hora. Casi no podía esperar para sentarme en las tardes con la Biblia y una taza de café. Muchos días volvía a repasar los versículos que había leído el día anterior. ¡Eran tan ricos y llenos de las promesas de Dios para mí!

---

[3] Filipenses 1:6

[4] Filipenses 1:10-11

Muy lentamente pasé por el libro de Filipenses, subrayando versículos, haciéndolos personales al insertar mi nombre en ellos, escribiendo citas animadoras en los márgenes y haciendo apuntes con las fechas de algunos de los hitos que Dios estaba logrando en mi corazón.

Me sentía maravillada de cómo una vez más, con la ayuda de Dios, podía ser una esposa y madre gozosa. En años pasados, me había engañado al creer que yo estaba dependiendo de la ayuda de Dios. Había intentado enfrentar los desafíos de la vida en mi propia fuerza, y eso es imposible. Como resultado, estaba deprimida y cargada de estrés innecesario. Mis sentimientos se habían extendido a la manera en que trataba a mi esposo y nuestros hijos.

Comencé a aprender el verdadero perdón bíblico, pidiéndole a Dios que me ayudara a soltar heridas que había adquirido a través de los años o heridas que había imaginado. Él me mostró mis actitudes y hechos malos. Ahora, cuando me llegaban pensamientos ofensivos, podía orar por aquellos que me habían herido. Comprendí que no era suficiente tratar de sacar los asuntos que estaban mal en mi corazón; era necesario reemplazarlos intencionalmente con la verdad de Dios.

Nunca supe exactamente cuando mi esposo cortó la relación con Doncella Guerrera, pero había vuelto a orar por él y, cuando comenzaba a enojarme con él, intencionalmente pensaba en las cosas por las cuales estaba agradecida con él.

Cuando terminé de leer Filipenses, pasé a Efesios, llenando mi corazón y mente de gratitud y las promesas de Dios. Dios fue fiel en guiar mi corazón dispuesto. Él me había permitido atravesar desiertos hasta llegar al fin de mí misma y ahora me guiaba "junto a aguas de reposo".[5] Mi corazón estaba más calmo y, porque Dios lo llenaba con su paz, ahora claramente reconocía las mentiras de Satanás.

Una noche mientras estaba acostada llorando en la oscuridad, Satanás otra vez intentó enredarme con el pensamiento de "no soy lo suficiente buena, soy un fracaso". Las tentaciones de Jesús en Mateo 4 llegaron a mi mente y recordé cómo él las había combatido con la Palabra de Dios. Vez tras vez susurraba la verdad que había estado aprendiendo y descansé segura en el conocimiento de que le pertenecía a Dios. "Él dijo que lo soy. Él sabe que no

[5] Salmo 23:2

soy perfecta y, sin embargo, me ama". Las lágrimas que cayeron entonces eran de limpieza, y no de condenación.

Un día comprendí que el sol parecía brillar más y las flores una vez más se veían hermosas. Me sentía llena de vida, como si tuviera la energía necesaria para cualquier cosa. "Tú encenderás mi lámpara; Jehová mi Dios alumbrará mis tinieblas. Dios es el que me ciñe de poder" (Salmo 18:28 y 32).

Todavía pasaba la hora de la siesta de los niños leyendo la Biblia. Ya que no tenía batallas terribles que pelear en mi corazón y estaba armada con nueva alegría y paz, descubrí que tenía tiempo para entrenar y disciplinar mejor a mis hijos y que había menos argumentos que solucionar.

Porque se sentía culpable y por los cambios que vio en mí, mi esposo me contó cómo dos años atrás Doncella Guerrera lo había intentado de atrapar y cómo él había huido. Abrió la herida que yo había tratado de ignorar durante tanto tiempo, pero Dios fue fiel en ser mi refugio. Aunque había sospechado de mucho de lo que él me contó, había rehusado pensar obsesivamente en las cosas que no podía cambiar y había permitido que Dios me ayudara a cambiar mis propias actitudes. Él había obrado en mi corazón y verdaderamente no me había dado más de lo que podía soportar. Si mi esposo me hubiera dado esta información dos años antes, ciertamente habría caído bajo el peso añadido a mi fuerte turbación interior.

A través de los próximos años, Satanás volvía a llegar al final del invierno, tratando de provocarme con la depresión y las mismas mentiras que una vez había creído. Cuando comprendía que una vez más el enojo y la amargura querían circular por mi mente, de inmediato comenzaba a leer, primero el libro de Filipenses y luego el de Efesios. Descubrí gran poder en la Palabra de Dios para apagar todos los dardos de fuego del maligno.[6]

Ya que no sufría de depresión y tenía tiempo extra conforme crecían nuestros hijos, comencé un pasatiempo de pintar cuadros decorativos para vender. Con el tiempo abrí una tienda en Etsy, que rápidamente se convirtió en un negocio rentable desde mi hogar. Pero Satanás vio otra manera en que podía ganar ventaja en mi vida. Conforme crecía el negocio, no podía pasar tiempo con Dios en las tardes y dejé de orar mientras trabajaba.

Cuando el estrés llegó a ser demasiado como para poder equilibrarlo todo,

[6] Efesios 6:16

comprendí que otra vez Dios quería que le entregara todo lo que me impedía darle lo mejor. Sabía que él deseaba que yo fuera cuidadosa de mi casa, que amara a mi esposo con todo mi corazón, que dejara de argumentar con él y que amara a nuestros hijos. Así que oré: "Te ruego, Dios, si hay alguien que compre mi negocio, que me busque. Si no, cerraré mi tienda para siempre".

De paso le mencioné a una amiga que quería vender el negocio, y dos semanas después me llamó para decirme que ella tenía una amiga que estaba interesada. Un mes después, mi oración fue contestada milagrosamente. Una pareja que buscaba recaudar dinero para una adopción compró mi negocio. Lloré, me reí y alabé a Dios porque otra vez podía ser solamente esposa y madre, contenta con lo que tenía, al hallar gozo en cuidar de mi casa incluso si no ganaba ni un céntimo.

Dios todavía está obrando en mi corazón, quitando las capas como si quitara las capas de una cebolla. Cuando ha quitado una capa completamente, trae la siguiente a mi atención. Todavía lucho cuando él empieza a tocar esas capas, mostrándome cosas en mi corazón que tengo que desechar. Cuando la vida parece hacerme presión por todos lados, levanto mi rostro a Dios y digo una vez más: "Señor, creo". Él toma mis oraciones más humildes, y de ellas hace de mi vida algo mejor de lo que yo hubiera creído posible.

Hoy estoy agradecida que tantos años atrás, cuando le rogué a mi esposo que me llevara a recibir consejería para mi depresión, él me dijo que no. Puedo decir eso porque Dios nos tuvo misericordia e hizo algo bueno de nuestra debilidad y errores. La decisión de mi esposo me impulsó a buscar respuestas y me llevó directamente a las manos amorosas de mi Padre. Reconozco que otros en una situación similar pueden recibir consejo digno de confianza de un amigo o consejero cristiano sabio. Dios me encontró donde estaba por medio de mi fe en él. Él me guio y sanó los lugares heridos en mi vida, dándome su plenitud y paz. Hoy puedo testificar que es por Dios que me encuentro donde estoy. Él me está transformando en la mujer que él desea para que cumpla un papel en la vida que solamente yo puedo hacer. A él sea toda la gloria.

"Es verdad que ninguna disciplina al presente parece ser causa de gozo, sino de tristeza; pero después da fruto apacible de justicia a los que en ella han sido ejercitados" (Hebreos 12:11).

Etapas de invierno

Una mañana mientras viajábamos al culto, yo miraba desganadamente por la ventana del auto. Me llamó la atención la nieve vieja, las manchas descubiertas de hierba marrón y los árboles sin hojas.

"Así está mi alma", pensé, y la comparación me tomó por sorpresa.

Había pasado casi un año desde que dejamos atrás todo lo que nos era conocido. Ahora vivíamos en un país donde en el mes de junio estábamos a medio invierno y la Navidad llegaba en el verano. Yo estaba enfrentando los desafíos de buscar la voluntad de Dios para educar a nuestros hijos, enseñarles y entrenarlos y alimentar mi propia alma junto con la de ellos porque aún no entendíamos bien el idioma que se usaba en los cultos para ser "alimentados".

Me encantaba el país, disfrutaba el privilegio de educar a nuestros hijos y amaba a mi esposo. Entonces, ¿por qué sentía este extraño sentimiento de anhelo, de anticipación? Esta no era la primera vez que había experimentado el sentimiento de invierno en mi alma. Al igual que el paisaje de camino a la iglesia, mi corazón anhelaba y esperaba la primavera.

A veces las cosas que he hecho o dicho traen consigo un invierno espiritual; tal como compartir una vez más un buen chisme cuando he luchado por años para no caer en ese pecado. O quizá, frustrada con mi esposo y sabiendo que debo cerrar la boca, seguía hablando, diciendo cosas que lamentaba apenas las decía. O los días donde pasaba mucho tiempo en mi teléfono, desplazándome, leyendo y mirando más de lo moderado en un día.

El sentimiento de invierno puede llegar porque llevo cargas que debo entregarle a Dios o porque no he controlado mis pensamientos, permitiendo que vaguen por caminos equivocados. Otras veces puede llegar por causa de mis circunstancias, sobre las cuales no tengo control y que me presionan desde todos lados. ¿Qué puedo hacer cuando me encuentro en estos valles desagradables, sabiendo que otra vez he fallado, aun si solo cargaba parte de la responsabilidad por las circunstancias?

Ese día, busqué una lección en el panorama, tomando el ejemplo de Jesús de usar la naturaleza para enseñarles valiosas lecciones espirituales a sus discípulos: una semilla de mostaza, lirios, vides, aves.

La naturaleza pasa por una etapa de invierno. Es un tiempo de que profundicen las raíces y crezcan ramas, troncos y bulbos más grandes y fuertes, para

que cuando vuelva la primavera, los árboles y plantas florezcan con hermosura.

Mi corazón también tiene la capacidad de crecer en los lugares ocultos. Si no fuera por los tiempos de invierno en mi alma, yo sería tentada a confiar en mi propia fuerza. Pero cuando me encuentro en una situación de "invierno", debo aquietar mi corazón. Debo pedirle a Dios que me examine, confesarle a él y a cualquier otro que he hecho mal. Debo seguir leyendo la Biblia y aprender las lecciones que Dios me quiere enseñar.

Por causa de las etapas de invierno, mis raíces crecen más profundamente en Dios, su amor y sus promesas. Todavía sigo aprendiendo que las pruebas resultan en una vida que es refinada por el Maestro. Es por la escoria que existe en mi vida que paso por el fuego que me purifica y me hace más productiva al traerle gloria a Dios en lugar de a mí misma. Él conoce mi corazón y mi compromiso con él. Es por su amor que sigue permitiendo estas circunstancias en mi vida para que yo permanezca en él.

Sacrificio y servicio a los demás

Un sacrificio no es sacrificio si no nos cuesta. Nada en la vida que valga la pena es fácil en todo momento. La fe es algo que tenemos que ejercitar. Si no hacemos un esfuerzo consciente y sacrificamos nuestro propio tiempo y voluntad para hacer la voluntad de Dios, nos estamos dirigiendo hacia el fracaso. Las relaciones íntimas y otras cosas importantes muchas veces se vuelven más difíciles antes de que podamos cosechar las recompensas de haber perseverado.

Vivir según la voluntad de Dios exige una entrega total del corazón y las circunstancias; todo es de Dios. Esto será diferente en la vida de cada persona, pero puede incluir poner sobre el altar tu deseo de ser aceptada, la agenda que tienes para tu esposo e hijos, tu deseo de una casa más bonita y muchas cosas más. Es un sacrificio diario y se debe hacer muchas veces al día. Satanás no va a dejar en paz a una mujer si ve que ella está rindiendo su vida a Dios.

Nuestra fe no es nada si no buscamos alcanzar a otros. "Así también la fe, si no tiene obras, es muerta en sí misma" (Santiago 2:17). Cuando estoy ocupada sirviendo a Jesús por medio de servir a mi familia y otras personas, pero luego me envuelvo en mis propias incomodidades, inseguridades y

problemas, mi luz comienza a apagarse y Dios tiene que llamarme la atención otra vez.

En medio de la vida diaria, Satanás hace su mejor esfuerzo para quitar nuestro enfoque de Jesús y enfocarnos en nosotros mismos. Demasiadas veces le hacemos caso. Tratamos de persuadir a nuestro esposo mediante lágrimas y quejas y nos enojamos con nuestros hijos. La batalla de nuestra alma es real. No es fácil entregar nuestra voluntad a la voluntad de otro. Queremos aferrarnos a lo que nos gusta y a lo que creemos que necesitamos.

> Entonces Jesús dijo… Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, y tome su cruz, y sígame. Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y todo el que pierda su vida por causa de mí, la hallará. Porque ¿qué aprovechará al hombre, si ganare todo el mundo, y perdiere su alma? ¿O qué recompensa dará el hombre por su alma? (Mateo 16:24-26).

Me llena de asombro que, cada vez que rindo lo que pienso que es importante, gano tanto más. Mi esposo me ama en maneras que nunca soñé que eran posibles y él se está acercando a Dios también. Mis hijos también están más contentos al ver que sus padres están en paz.

¿Qué tal si mi esposo no es un líder espiritual?

Podemos preguntarnos por qué tantos esposos no están cumpliendo con su papel de liderazgo, dirigiendo los cultos familiares y siendo líderes espirituales en nuestro hogar. Quizás nos volvemos a mujeres conferenciantes y autoras populares que hacen uso de nuestras emociones y ayudan a formar una conexión espiritual que desearíamos que nuestro esposo cumpliera.

Pero si nosotras mismas no estamos siguiendo el diseño de Dios para la mujer, no importa cuánto leamos la Biblia o cuán espiritual es nuestra apariencia o hablar. Tenemos nuestro mayor impacto sobre los que no son cristianos, e incluso sobre los hermanos cristianos, cuando ellos nos observan alegremente reverenciando a nuestro esposo imperfecto y amando a nuestros hijos.

Quizás un esposo no esté tomando el liderazgo en su hogar porque su esposa no apreció como lo hizo cuando intentó liderar. Quizás la esposa le dio a entender vez tras vez con señales verbales y no verbales dónde estaba

fracasando, lo cual aplastó sus esfuerzos.

Una esposa puede leer la Biblia en busca de satisfacción espiritual y, sin embargo, sin saberlo faltarle el respeto a su esposo y sus decisiones hasta destruir su deseo de ser líder para ella y la familia. Quizás él todavía desea ser el líder del hogar. Al fin de cuentas él fue creado para ser la cabeza de su esposa, pero al no poder agradarla, se da por vencido y se retira en silencio enojado.

Para algunas esposas, la idea de que para ser líder espiritual, su esposo debe hacer un culto familiar a diario, es una trampa. Un culto familiar a diario verdaderamente es una idea maravillosa, si así lo decide hacer tu esposo sin que tú le recuerdes. Pero no supongas que tu esposo no es un líder espiritual solo porque no sigue tu idea personal de lo que debe o no debe hacer.

Busca maneras en que sí toma el liderazgo. Si no puedes ver que lo toma, entonces ora por él y mantente abierta a la dirección de Dios. Dios quizás quiere realizar cambios en tu corazón primero, para que cuando tu esposo tome el liderazgo, tenga una esposa dispuesta y que siempre le brinda apoyo.

Una manera en la que nosotras como esposas podemos inspirar a nuestro esposo a tomar el liderazgo, sin criticarlo, es preguntarle sobre las cosas que no entendemos al leer la Biblia, como dice Pablo en su primera carta a los corintios: "Y si quieren aprender algo, pregunten en casa a sus maridos".[7] Probablemente pudieras buscar la respuesta a tu pregunta en Google, preguntarle a otra mujer o buscarla en libros de estudio de la Biblia, pero ¿por qué no sencillamente hacer lo que dice la Biblia y preguntarle a tu esposo? Haz la pregunta con sinceridad; sus percepciones pueden ser diferentes de las tuyas, pero hacerle las preguntas es una manera de permitir que él tome el liderazgo. Quizá su respuesta sea "No sé". Pero cuando sí te conteste la pregunta, escucha bien su respuesta y dale las gracias sin forzar tu opinión sobre la de él.

Además, cuando tus hijos hacen preguntas de Dios y la Biblia, a veces puedes decir: "Hagámosle la pregunta a papá". Claro, quizás tú eres capaz de contestar bien la pregunta tú misma, pero hacerle la pregunta a papá ayuda fomentar en tus hijos un respeto por las ideas de tu esposo. Entonces, cuando tus hijos y tu esposo estén todos juntos, quizás en la mesa a la hora de la

[7] 1 Corintios 14:35

cena, plantea las preguntas de los niños y pregúntale qué piensa él. Escucha tú también la respuesta.

Quizás tu esposo, como el mío, también toma el liderazgo al contarles historias de la Biblia a tus hijos cuando están con él o al cantar mientras viajan en el auto. Quizás dirige sus pensamientos a no quejarse o enseñarles respuestas bíblicas a los asuntos de la vida diaria. Su manera de hacer las cosas muchas veces no es igual a la mía, pero eso no debe ser mi enfoque.

La Biblia no dice que tu esposo es un líder espiritual únicamente si a diario dirige un culto familiar. Él dirige al enseñarte a ti y a los niños, un poquito aquí y otro poquito allá. Asegúrate de que tu corazón esté abierto. ¿Según la norma de quién dirige el hogar? ¿Según tus normas o las de Dios? Y si no son de Dios, ¿pudiera ser que tus normas lo han atado con cadenas imposibles?

Si tu esposo puede ver tu disposición de seguir su liderazgo espiritual en tu hogar y nota cómo escuchas cuando él habla, y si estás dispuesta a permitir que tu esposo dirija de la manera en que Dios lo desea, el día puede llegar en que él se inspire a dirigir un culto familiar. Cuánto mejor será si él responde de todo corazón a los impulsos de Dios y no que haga un culto familiar solamente porque su esposa lo hizo sentir culpable por no tomar el liderazgo.

Es fácil mirar a nuestro esposo y condenarlo por sus faltas y debilidades. Si no tenemos cuidado, nuestra mirada distorsionada puede aumentar sus fracasos a nuestros ojos, mientras que hacemos excusas por todo el tiempo que pasamos en línea o en el teléfono o disfrutando de otros vicios. Podemos hacer excusas por los comentarios negativos que hacemos respecto de nuestro esposo a nuestras amigas íntimas, sin embargo, ¡ay de nuestro esposo si dice algo negativo de nosotras!

¿Pasamos tiempo valioso al relacionarnos emocionalmente con otras mujeres del mismo pensamiento, compartiendo historias de los fracasos de nuestro esposo? ¿Nos compadecemos unas con otras cuando nuestro esposo no toma el liderazgo de la manera que deben?

Dios dice: "Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas".[8] Debemos hacer exactamente lo que Dios nos manda, sin poner excusas.

---

8. Mateo 6:33

Cuando nosotras como mujeres comenzamos a sentirnos superiores a nuestro esposo, somos sabias si nos humillamos y miramos honradamente nuestras propias faltas y fracasos. Debemos sacar cualquier viga en nuestro ojo antes de tratar con una posible paja en el de él.

Incluso Eva, en un mundo perfecto, fue engañada. ¿Cuánto más susceptibles somos nosotras hoy? Por esa razón Dios manda que cada esposa reciba instrucción de su propio esposo. Nuestro esposo puede ver y conocer nuestros puntos débiles, aun aquellos que deseamos esconder y pueden ofrecer sabiduría e instrucción adaptada a nosotras y nuestro matrimonio.

Una advertencia que debemos considerar

Tito 2:4-5 dice que las mujeres ancianas deben enseñar a las más jóvenes a amar a sus esposos y a sus hijos, a ser prudentes, castas, cuidadosas de su casa, buenas y sujetas a sus maridos. Pero algunas escritoras y conferencistas animan a esposas y madres a hacer una diferencia en el mundo al promover la adopción, acabar con el tráfico sexual y ser una voz para aquellos que no tienen voz. Y, aunque debemos tender la mano a los que nos rodean, no debemos seguir causas nobles y descuidar nuestros propios hogares.

Lamentablemente, algunas de las conferencistas y autoras cristianas populares también son predicadoras. Sin embargo, la Biblia dice claramente: "Vuestras mujeres callen en las congregaciones; porque no les es permitido hablar, sino que estén sujetas, como también la ley lo dice. Y si quieren aprender algo, pregunten en casa a sus maridos; porque es indecoroso que una mujer hable en la congregación" (1 Corintios 14:34-35).

Si ellas pueden atrevidamente desatender mandatos claros de Dios, ¿qué más en sus enseñanzas está errado? Sus palabras pueden hacernos sentir bien en lugar de convencernos de nuestras faltas, como hace la Biblia.

> Porque no permito a la mujer enseñar, ni ejercer dominio sobre el hombre, sino estar en silencio. Porque Adán fue formado primero, después Eva; y Adán no fue engañado, sino que la mujer, siendo engañada, incurrió en transgresión. Pero se salvará engendrando hijos, si permaneciere en fe, amor y santificación, con modestia (1 Timoteo 2:12-15).

Es mejor no seguir las enseñanzas de las maestras populares de la Biblia

sin antes investigar la vida de la conferenciante. Algunas están enseñando cómo descifrar la voz de Dios, y al mismo tiempo no enseñan lo que Dios manda claramente. Siguen el plan de Dios para la mujer cristiana y lleva su vida el fruto de obediencia a los mandamientos de Dios? Las mujeres maduras que siguen a Dios sin excusas están capacitadas para dar consejos en cuanto a cómo relacionarse con los esposos e hijos y todas las cosas pertenecientes a la esposa cristiana y a la maternidad.

> Las ancianas asimismo sean reverentes en su porte; no calumniadoras, no esclavas del vino, maestras del bien; que enseñen a las mujeres jóvenes a amar a sus maridos y a sus hijos, a ser prudentes, castas, cuidadosas de su casa, buenas, sujetas a sus maridos, para que la palabra de Dios no sea blasfemada (Tito 2:3-5).

Llegar a ser una mujer que trae gloria a Dios

Dios desea apasionadamente que te transformes en una mujer que le trae gloria. Él formó tu ser; él hizo tu cabello del color que le causa deleite; tu nariz es perfecta. Él te dio la forma del cuerpo que deseaba para ti. Tú eres formada a su imagen. Él envió a su único hijo a morir por ti. Tiene tantas bendiciones para ti, más allá de lo que puedes imaginar o soñar.

Sin embargo, él espera. Él permite que tú decidas si le entregarás tu vida o si continuarás intentando controlarla tú misma, además de tus problemas y pruebas. Él espera que mires a tu alrededor y contemples todo lo que él ha creado y hecho, y que entregues tu vida en sus manos. Si "las naciones le son como la gota de agua que cae del cubo",[9] ¿quiénes somos nosotros? No somos nada. Y, sin embargo, en ese estado de no ser nada, Dios nos ama. Él conoce cuántos cabellos crecen en nuestras cabezas[10] y piensa en nosotros individualmente. "¡Cuán preciosos me son, oh Dios, tus pensamientos! ¡Cuán grande es la suma de ellos! Si los enumero, se multiplican más que la arena" (Salmo 139:17-18).

Él te llama con su voz suave y apacible, anhelando que le entregues tu vida y preocupaciones. Dios nos llama a echar todas nuestras cargas sobre

---

[9] Isaías 40:15

[10] Lucas 12:7

él.[11] "Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas; porque mi yugo es fácil, y ligera mi carga" (Mateo 11:28-30). Él vela por ti y te espera.

Él no grita por encima del ruido del mundo. Su voz se escucha en esos momentos pequeños, cuando tomas en tu mano tu taza favorita llena de café y te sientas para descansar en la quietud de la noche después de que los niños se han dormido o cuando estás sola en el auto. A veces su voz nos alcanza en lo que parecen los momentos más inconvenientes. Él nos puede llamar a dejar lo que estamos haciendo y apartarnos de las distracciones para pasar tiempo con él.

Tu familia necesita una esposa y madre que permite que Jesús alumbre su luz en el hogar. Satanás no puede impedir que Dios conteste tus oraciones, pero hace todo lo posible para hacer que dejes de orar al distraerte o desanimarte mediante frustración con tu esposo, tus hijos o la traición de una amistad cercana.

Dios nos llama vez tras vez. A veces él usa situaciones extremas para llamarnos la atención. Tenemos miedo de entregarnos, miedo de que, si entregamos nuestros deseos a la voluntad de Dios, viviremos una vida de monotonía y dificultad o que carecerá de satisfacción. Todo eso es mentira de Satanás. Hay una paz tan dulce en entregar nuestros deseos de tener la razón, de ser amadas exactamente como creemos que nuestros esposos nos deben amar y cualquier otra cosa que nos impide alcanzar "la paz de Dios que sobrepasa todo entendimiento".[12]

Mientras vivamos en esta tierra, enfrentaremos luchas, y la victoria en este momento no nos asegura el triunfo en el próximo. Pero hay paz en estar entregadas. Tu historia será diferente a la mía, pero es la misma en que Dios utiliza situaciones en nuestra vida para llevarnos a él.

Dios es especialista en usar personas que saben que no son nada en sí mismos. Él obra en nosotros, moldeándonos a su voluntad. Y al abrir nuestras manos a otros, así vivimos nuestra fe, permitiendo que el amor de Dios fluya a través de nosotros porque creemos en él.

---

[11] 1 Pedro 5:7

[12] Filipenses 4:7

Servimos a nuestras familias al alegremente lavar miles de montones de ropa y el enorme montón de trastos y al ayudar a limpiar regueros con palabras de gracia. Regalamos una comida u horneamos algo para una amiga ocupada. Abrimos nuestra casa a una amistad que llega de visita, aunque el piso de la cocina no está limpio, hay trastos sucios en los muebles y la ropa limpia está amontonada en el sofá lista para doblarla.

¿Te está llamando Dios a entregarle tu vida? ¿Todavía te aferras a lo que quieres o piensas que debes tener, una casa que calzaría en Pinterest? ¿Dinero para gastar en lo que quieras? ¿Las últimas modas, que únicamente crean más facturas, lo cual hace que tu esposo tenga que trabajar más arduamente para pagarlas?

¿Te destruye la paz el pensamiento de las faltas y pecados de tu esposo? ¿Lo alejan más bien tus clamores y ruegos? Entrégalo a Dios, todo. Dios puede oír el clamor de tu corazón, aun cuando tus labios no pueden expresar palabra alguna. Dios está buscando mujeres que tengan fe en él, que crean su Palabra y reclamen sus promesas de fuerza para soportar las duras pruebas. Él tomará tu fe que es como un grano de mostaza y la convertirá en bendiciones más allá de lo que puedes imaginar.

> Por eso pues, ahora, dice Jehová, convertíos a mí con todo vuestro corazón, con ayuno y lloro y lamento. Rasgad vuestro corazón, y no vuestros vestidos, y convertíos a Jehová vuestro Dios; porque misericordioso es y clemente, tardo para la ira y grande en misericordia, y que se duele del castigo (Joel 2:12-13).
>
> Cercano está Jehová a todos los que le invocan, a todos los que le invocan de veras. Cumplirá el deseo de los que le temen; oirá asimismo el clamor de ellos, y los salvará (Salmo 145:18-19).

Gratitud o descontento



Me encanta estar casada. No hay nada tan maravilloso en este mundo como despertar al lado del amor de mi vida, sabiendo que yo soy de él y él es mío.

Sin embargo, entré al matrimonio sin estar preparada para los golpes que habían de venir. No estaba consciente de cuán sigilosamente el descontento podría entrar en mi corazón y causar desastres en mi felicidad matrimonial. Sabía lo que deseaba en nuestro matrimonio, pero cuando me vi enfrentada con golpes inevitables, parecía que el camino a mis deseos era inalcanzable. Demasiadas veces, lo que Dios había diseñado para que fuera hermoso, satisfactorio y glorioso, se volvió en una zona de guerra donde mi palabras y acciones se usaban para combatir en lugar de edificar.

Abría mi Biblia de vez en cuando y oraba muchas veces al día, oraciones donde desahogaba mi frustración y enojo con mi esposo. En mis propias fuerzas intentaba ser una esposa feliz: atractiva, hermosa y deseable. A veces duraba una semana, a veces ni siquiera una hora.

Sonreía, pero en mi corazón procuraba ver si mi esposo me devolvía la sonrisa o si me hacía mala cara. Si él me devolvía la sonrisa, yo seguía sonriendo. Si él hacía mala cara, pues, entonces yo pensaba que tenía razón en también hacer mala cara. Pensé que me escondía muy bien detrás de mi sonrisa, y aunque mi esposo no tenía idea de la profundidad de la confusión en mi corazón y a pesar de su propia confusión, él bien sabía cuándo mi sonrisa era genuina y cuándo era falsa.

> De una misma boca proceden bendición y maldición. Hermanos míos, esto no debe ser así. ¿Acaso alguna fuente echa por una misma abertura

> agua dulce y amarga? Hermanos míos, ¿puede acaso la higuera producir aceitunas, o la vid higos? Así también ninguna fuente puede dar agua salada y dulce (Santiago 3:10-12).

Cada vez más me convencía de que mi esposo en realidad no me amaba. En mi mente brotaba descontento y mis pensamientos amargos corrían por canales que ya había cavado. Mi corazón estaba lleno de las luchas que teníamos a causa de Doncella Guerrera, y consideraba que mi esposo era falto de amor porque trabajaba largos días para levantar el negocio. Ya que mi esposo hace todo lo posible para no estar endeudado, muchas veces conseguía un segundo trabajo en las tardes o los sábados. Yo miraba otros matrimonios y pensaba que mi esposo debía prestarme más atención y ayudar más con nuestros hijos.

Fue entonces que una amiga me prestó el libro al que me referí anteriormente sobre el matrimonio cristiano que me mostró el camino negativo que llevaba. A pesar de mi desilusión con otros libros que había leído sobre el matrimonio, todavía anhelaba un matrimonio lleno de gozo. Así que una tarde mientras los niños dormían, me senté a leer el libro que me había obsequiado mi amiga.

El libro captó mi atención en la primera oración, y vi ciertas cosas que debía cambiar en mi matrimonio. El analizarme a mí misma fue aleccionador. Comprendí cuán egocéntricos eran mis pensamientos. Tras olvidar que el verdadero amor busca el bienestar del otro, me había obsesionado el pensamiento de que mi esposo no se preocupaba por mí.

Aunque las faltas de mi esposo parecían tan obvias, reconocí las muchas áreas donde yo no era una esposa amorosa y misericordiosa. Estaba dando por sentado mi posición en lugar de cumplir con mi parte para mostrarle amor y hacer que yo sea fácil de amar.

Comencé a buscar maneras en que mi esposo me demostraba su amor, cosas que no había notado porque mi espíritu crítico me había cegado y tomé la decisión consciente de ser agradecida. Cuando me enojaba con mi esposo, me desahogaba escribiendo mis sentimientos y oraba fervientemente por él y por mí misma. Entonces tiraba el papel a la basura.

Un día mi esposo descubrió una de estas hojas arrugadas en el montón de basura y la leyó. Después de eso, si él sospechaba que yo estaba enojada,

buscaba una hoja arrugada en el basurero. Yo podía ver cuánto lo hería leer lo que había escrito, así que comencé a leer mis propias hojas después de haberme desahogado. Al leerlas, vi lo terrible que era mi corazón. El deseo de herir a mi esposo comenzó a disiparse y pronto cesaron las hojas arrugadas. En lugar de eso, cuando me sentía enojada, apuntaba veinticinco cosas que amaba de él e intencionalmente me enfocaba en esos puntos.

Fue difícil cambiar mi manera de pensar. Sentía como un continuo forcejeo, pero seguir por el camino de la ingratitud parecía peligroso. Cuando un pensamiento negativo entraba en mi mente, inmediatamente tenía que reemplazarlo con un pensamiento agradecido o una oración. Descubrí que al conscientemente pensar en todas las cosas por las cuales estaba agradecida, no cabían los pensamientos egoístas. Mis pensamientos agradecidos me hacían sonreír más a menudo, aunque mis circunstancias no habían cambiado.

Todavía había ocasiones en que lloraba y criticaba, pero Dios estaba obrando en mi corazón. Sabía que había hecho mal y no tenía excusa. Dios me dio una segunda y tercera oportunidad, más oportunidades de las que merecía.

Cada vez más, conforme Dios quitaba las escamas de mis ojos, comencé a ver a mi esposo como un hombre maravilloso. Aunque no estaba tratando de la manera correcta el asunto de Doncella Guerrera, aun así comprendí que mi orgullo había ayudado a alejarlo de mí. Mi esposo me deseaba, y yo lo deseaba a él, pero nuestras palabras y orgullo nos separaban y abrían una brecha entre nosotros.

En lugar de creer que mi esposo era responsable por mi felicidad y pensar que intentaba herirme, comencé a tratar de entender por qué hacía algunas de las cosas que hacía. Él trabajaba durante largas horas para levantar su propio negocio y a veces tomaba un segundo empleo porque me amaba a mí y a los niños y quería proveer lo mejor que podía para nosotros. También comprendí con sorprendente claridad que incluso si hubiera llegado a la casa temprano en las tardes y entretenido a los niños, en mi estado de ingratitud, yo habría estado enojada con cualquier cosa que hiciera. Pero si tomaba la decisión consciente de llenar mi mente durante el día con pensamientos bondadosos y agradecidos hacia mi esposo, en las noches lo podía recibir en la puerta con una sonrisa genuina.

Empecé a ocuparme en escoger el gozo. Antes, si mi esposo refunfuñaba desde el momento que entraba por la puerta, yo respondía de mal humor. No merecía esos refunfuños. Pero si deseaba escoger el gozo, algo tenía que cambiar. Aprendí que, si no podía decir algo bondadoso, era mejor no decir nada. Así que, en lugar de gruñir, calladamente le traía café con una sonrisa. No pasó mucho tiempo hasta que en los días cuando él llegaba de mal humor, durante la hora de la cena o poco después, me contaba del día difícil que había tenido. Pensé en todos aquellos días a lo largo de los años cuando le había respondido de mal humor. Para mi remordimiento, en lugar de hacer de nuestro hogar su refugio, solamente le había añadido a su día difícil.

Había estado poniendo mi seguridad en mi esposo en lugar de en Dios. Fue difícil reconocerlo, pero era lo que debía comprender, junto con ver mi propia pecaminosidad. Una vez que comencé a reconocer mi amargura, también descubrí que había basado mi felicidad en las respuestas de mi esposo hacia mí. Mi seguridad no había estado basada en el amor inmutable de Dios ni en sus promesas para mí, su hija.

Muchas veces Satanás me golpea en el área de mis actitudes y es fácil tambalear bajo su ataque. Pero aprendí que si comienzo a cantar cierto himno apenas comprendo lo que está sucediendo, recibo la fuerza para levantarme a luchar. Permitir que mi mente corra por canales negativos de amargura y descontento no es seguro. Es tan fácil caer en ellos, pero tan difícil de salir de ellos. Debo llevar mis pensamientos cautivos,[13] memorizar las Escrituras,[14] y llenar mi mente con alabanza y agradecimiento.

Lo más difícil y aterrador de los cambios es reconocer mis propios fracasos y el enorme esfuerzo que exigen. Deseo la "tierra prometida" de un matrimonio maravilloso sin pasar por el "desierto" donde Dios está obrando en mi corazón. Quiero saber cuán rápidamente veré los resultados y sabré que los cambios en mí realmente están marcando la diferencia.

Antes, cuando creía que mi esposo debía darme más flores, ayudarme con lavar los trastes y pasar tiempo compartiendo sus sentimientos para que me sintiera amada, nunca imaginé las bendiciones que cosecharía con un corazón rendido a Dios y su plan divino. Cuando mi corazón rendido se abrió con

[13] 2 Corintios 10:5

[14] Salmo 119:11

gratitud consciente hacia mi esposo, nuestro amor se profundizó en maneras que nunca habría sido posible si me hubiera aferrado a mis deseos triviales.

Todavía no recibo flores muy a menudo, pero un día después de haber estado en el pueblo, llegué a casa y encontré el porche lleno de cajas que habían llegado en el correo. ¡Mi esposo había encontrado mi lista de deseos en unas revistas trimestrales que recibíamos y había mandado a comprar casi todo en esas listas! Aún es muy raro que él me ayude con los trastos, pero aprecio su amabilidad cuando se detiene en su camino a casa del trabajo para comprar comestibles. Raras veces salimos a una cita, pero él me apoya en acostar a los niños lo suficiente temprano para tener tiempo a solas, aun si no pasamos en conversación continua. Cuando deseo una cita, hago un bocadillo especial antes de acostarnos o incluso solo galletas con queso servidas en un plato bonito, y me pongo contenta.

La trampa de "si tan solo"

¿Te miras en el espejo antes de acostarte en las noches y notas que tus ojos se ven tristes y apagados y que tienes nuevas arrugas en la frente? Silenciosamente piensas que, si tan solo tu esposo te amara de la manera que realmente lo necesitas, no estarías tan estresada. Tus ojos brillarían y anticiparías acostarte por razones aparte de puro cansancio.

Nuestro orgullo muy fácilmente se envuelve en lo que creemos que debemos recibir en un matrimonio. "Si mi esposo realmente se preocupara por mí, ¿no notaría que estoy tan cansada que casi no puedo tomar un paso hacia adelante?"

Si día tras día a través de los meses y años permitimos que nuestros pensamientos corran por ese rumbo, súbitamente comenzamos a creer que nuestros esposos son insensibles y de poca confianza. El problema con nuestra mente es que, si repetimos algo las suficientes veces, lo aceptamos como verdad y luego seguimos actuando en base a esa manera de pensar.

Por supuesto, es mucho más fácil mirar hacia afuera y culpar a otros por nuestra incomodidad, nuestra infelicidad y nuestra vida triste. Aunque es verdad que las faltas y fracaso de otros hace que nuestra vida sea difícil, el primer paso hacia un matrimonio satisfactorio comienza en nuestro propio corazón. El cambio normalmente no sucede de la noche a la mañana.

Requiere que tomemos una decisión minuto a minuto de rechazar cada pensamiento y reacción negativa. Exige una confianza con propósito en los mandatos y las promesas de Dios, en lugar de permitirse escapatorias.

Si estás cansada, estresada de sentir que tienes que llevar una carga tan pesada, y enojada con tu esposo porque no muestra preocupación, es hora de que hagas un inventario de ti misma. ¿Desearías que tu esposo dejara de poner excusas por sus problemas? Sé tan exigente contigo misma como lo eres con tu esposo. Sé honrada con lo que Dios te revela que hagas. Si verdaderamente buscas la voluntad de Dios para tu vida, él te dirá lo que debes hacer. La verdad viene en aquel medio segundo antes de que tu mente se activa y trata de razonar por qué no debes hacer lo que Dios te ha revelado.

Cuando deshonras a tu esposo

Es posible que mucho de lo que tus semejantes piensan de tu esposo está basado en las opiniones que tú expresas. ¿Hablas de él con bondad, respeto y aprecio o disfrutas de unirte a conversaciones donde menosprecian a los hombres y allí haces unos cuantos comentarios negativos de tu esposo a otras mujeres?

Una de las necesidades más grandes del hombre es poder confiar en lo que dice su esposa de él en su ausencia. Proverbios 31:11 dice que el esposo de la mujer virtuosa confía en ella. ¿Teme tu esposo lo que puedas decir al reunirte con tus amigas o delante de tu madre o hermanas? Por ejemplo, aun si tu esposo es un hombre maravilloso, si hablas de él como si fuera un vagabundo inútil, serás culpable de regar palabras crueles y arruinar su reputación.

¿Aparenta evadirte tu esposo al pasar largas horas en el trabajo o al salir a trabajar en el taller por la noche? ¿Pasa más tiempo en el teléfono que contigo? Haz un inventario de tu corazón. ¿Desea tu esposo que hagas algunos cambios en tus hábitos de gastar dinero o que dejes de chismear en el teléfono o que no pases tanto tiempo en línea? ¿Te sugiere que pongas un poco más esfuerzo en mantener más ordenada la casa cuando él está o que debes disciplinar más a los niños? Deshonrar a nuestro esposo puede ser algo tan sutil que no vemos que estamos añadiendo al problema o podemos decir que nuestros fracasos no son nada. “Él debe amarme siempre”, razonamos.

Sí, él debe hacerlo, pero mi punto es que cuando criticamos a nuestro esposo, estamos en peligro de la ira de Dios, pues eso no es honrar a nuestro esposo de la manera que él nos mandó. Impide las bendiciones que Dios desea derramar sobre nosotros. Dios no nos juzgará por el pecado de nuestro esposo, sino que nos juzgará si permitimos que las debilidades de nuestro esposo nos llenen de amargura.

En 2 Samuel 6:12-23 leemos el relato de cómo el rey David trajo el arca de Dios a Jerusalén. Fue una enorme celebración, y David, aun siendo rey, no se avergonzaba de mostrar en público su deleite en Dios. Él estaba tan feliz que danzaba de gozo. Pero su esposa Mical, quien observaba desde la casa en lugar de regocijarse a su lado, fue avergonzada por sus hechos y creyó que no eran apropiados para un rey. Ella despreció a su esposo en su corazón,[15] y cuando llegaron a bendecir su casa, sus pensamientos envenenados habían abierto el camino para que ella arremetiera contra su esposo, acusándolo falsamente. Mical deshonró al esposo que Dios había puesto sobre ella, y la Biblia dice que, durante toda su vida, ella nunca tuvo hijos.

Sembremos amor y bondad

Mantente atenta a las señales de los deseos de tu esposo en lo que dice o en lo que ha dicho en el pasado. Sé bondadosa cuando él refunfuña, no porque lo trates de cambiar, sino porque crees en la Palabra de Dios cuando dice: "Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos".[16] Perdona a tu esposo cuando te hace mal; perdónalo, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo.[17] Al recordar cuánto te ha perdonado Dios a ti, ¿cómo puedes negarle el perdón a tu esposo? Se nos da el mandato de ser "imitadores de Dios".[18] Esto incluye perdonar aun si no lo sientes, al amar a tu esposo en su peor momento y al retener las respuestas hirientes que te llegan a mente.

"No os engañéis; Dios no puede ser burlado: pues todo lo que [la mujer] sembrare, eso también segará" (Gálatas 6:7). Siembra amor, bondad y honra con diligencia, sin reserva, de todo corazón. Puede haber excepciones, pero

---

15 2 Samuel 6:16
16 Efesios 4:32
17 Ibid.
18 Efesios 5:1

¿cuál hombre puede resistir una encantadora y sonriente esposa, cuya seguridad y felicidad está arraigada en Dios? ¿Cuánto más probable es que, en lugar de pasar gran parte de sus momentos libres en su teléfono, él deseará pasar tiempo con su esposa, que está agradecida de que se casó con él, que lo trata como el rey de su hogar, y pone su relación con él en primer lugar.

Honra a tu esposo, aun si sus acciones no son dignas de respeto. Honra su papel como tu líder, porque Dios lo ha puesto como tu autoridad. Tu corazón y tu vida serán bendecidos, pues lo que siembras crece y se multiplica.

Descubrirás que momento sobre momento, ladrillo sobre ladrillo, estás edificando el fundamento seguro de una casa que resistirá los tiempos difíciles. Comenzarás a aprender a aceptar los ajustes y desafíos, porque comprendes que Dios te está dirigiendo como pareja. Honrar a tu esposo trae gozo a tu matrimonio.

El poder de los pensamientos

Las fortalezas de Satanás en nuestro corazón se edifican con los pensamientos; pensamientos negativos, pensamientos de temor, temor del dolor, pensamientos degradantes de nuestro esposo, nuestros hijos o cualquiera que sentimos que nos ha hecho mal. Actuamos en base de nuestros pensamientos y luego, ¿qué sale? Somos lo que sembramos. Requiere una entrega total de nuestro corazón y mente a Dios para dar el fruto que él desea ver en nosotros.

De la manera en que los pensamientos negativos te pueden hacer creer que tu esposo es un imbécil o incapaz, si rehúsas enfocar en aquellos pensamientos y los reemplazas con pensamientos piadosos, con el tiempo esos canales se secarán y se edificarán mejores.

> Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros (Filipenses 4:8-9).
>
> Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es [ella] (Proverbios 23:7).

Permitir que los pensamientos negativos corran por tu mente daña la relación matrimonial que estás tratando de edificar. Entre más tiempo le des acceso

a estos pensamientos, más y más difícil será vaciar tu mente de lo negativo y llenarla con los pensamientos que Dios tiene para ti.

Después de todo, las cosas pequeñas que unen sus corazones son lo que forman ese vínculo irrompible; la manera en que observas el brillo en sus ojos cuando ríe, su barba de tres días, la manera en que acaricia tu espalda cuando pasa a tu lado, el olor a tierra y sudor cuando lo encuentras en la puerta al llegar del trabajo, las tazas de café, tus sonrisas.

La diferencia entre los sexos

Hallé la siguiente pieza, escrita por un autor desconocido, donde explica claramente la forma en que los hombres y las mujeres se ven afectados de manera distinta por las emociones y cómo eso los lleva a comunicarse de maneras diferentes.

El diario de una esposa

Esta noche pensé que mi esposo actuaba de manera extraña. Habíamos hecho planes de encontrarnos en un restaurante bonito para cenar. Yo había salido de compras con mis amigas todo el día, así que pensé que él estaba disgustado porque llegué tarde. Pero no hizo ningún comentario al respecto. La conversación no fluía, por lo que sugerí que fuéramos a algún lugar quieto para que habláramos. Él fue, pero no habló mucho. Le pregunté qué lo molestaba. Me dijo: "Nada".

Le pregunté si era mi culpa que estaba disgustado. Me dijo que no estaba disgustado, que no tenía nada que ver conmigo y que no me preocupara. De camino a casa le dije que lo amaba. Me dio una pequeña sonrisa y siguió conduciendo. No podía entender su conducta. No sé por qué no me dijo: "Yo también te amo". Cuando llegamos a la casa, sentí que lo había perdido por completo, como si él no quería nada que ver conmigo… Continuó siendo distante y ausente. Finalmente, ya que nos rodeaba el silencio, decidí ir a acostarme. Como quince minutos después, él también se acostó. Todavía sentía que estaba distraído y sus pensamientos estaban en otro lugar. Se durmió.

Me puse a llorar. No sé qué hacer. Estoy casi segura de que sus pensamientos están con otra. Mi vida es un desastre.

El diario de un esposo

El motor del bote no enciende. No me explico por qué.

Los hombres y las mujeres son tan diferentes cuando se trata de la comunicación. Si le preguntas a una mujer estresada y distraída qué anda mal, normalmente se desestresa por medio de hablar de los puntos que la estresan y muchas otras cosas. Pero no puedes forzar a un hombre a hablar cuando está distraído. De hecho, aún no he descubierto la pregunta perfecta para sacar a mi esposo de sus pensamientos y hacer que me cuente lo que ocupa su mente.

Cuando mi esposo llega del trabajo y pasa toda la tarde distraído, y quizás incluso sigue así la siguiente mañana y hasta la que sigue, me siento como que me está dejando por fuera. Trato de llamar su atención al hacer cosas bondadosas para él, únicamente para sentir que mi amor es rechazado. A veces insisto tanto que se vuelve un argumento.

No puedo contar las veces que, a través de los años y después de haberlo obsesionado sobre lo que hice y dije y luego de tratar de forzarlo a hablar, mi esposo me ha dicho que no tenía nada que ver conmigo. Él estaba estresado por un dinero o alguna otra cosa, pero cuando quería entrometerme e investigar, entonces le añadía a su estrés. Si lo suelto, puede pensar más claramente y pronto se sentirá atento otra vez.

Estoy aprendiendo a seguir haciendo las cosas con amor y oración: "Señor, te ruego que le ayudes a 'encender el motor del bote'". Quizás después me cuente por qué estaba estresado o posiblemente nunca me cuente. A veces él me quiere proteger de los estreses que me podrían causar preocupación innecesaria. Muchas veces él me habla de sus asuntos, pero es mucho más probable que lo haga cuando me acuerdo de orar por él en lugar de criticarlo por no hablar. Nuestros esposos necesitan de nuestras oraciones más de lo que sabemos. Cada día él enfrenta el mundo frío y cruel, y tener una esposa que se preocupa y ora por él lo bendecirá grandemente.

La verdadera intimidad está en conocer, aceptar y amar a tu cónyuge de la manera que él es. Si le niegas tu amor hasta que él llega a ser lo que tú crees que debe ser, él nunca alcanzará el nivel que deseas y perderás las grandes riquezas de bendiciones que Dios ha prometido a aquellos que le obedecen.

¿Qué tal de mis propias necesidades?

A veces parece que nosotras como esposas somos las que siempre tenemos que ceder y poner las necesidades de nuestros esposos en primer lugar. Nos preguntamos: "¿Qué tal de mis propias necesidades?" "¿Y por qué no lo que yo quiero esta vez?"

Mucho consejo del mundo está dirigido hacia satisfacer las necesidades de las mujeres. Tal consejo anima a las mujeres a sacar lo que quieren de una relación, inconscientemente haciéndonos pensar que nuestras necesidades son de primera importancia, pero haciendo caso omiso de las necesidades de nuestro esposo.

Claro que necesitamos apoyo emocional, pero si hacemos de nuestro esposo el responsable de nuestra felicidad, cuando él no cumple nuestras expectativas, podemos pensar equivocadamente, que en realidad no nos ama.

Si comparamos nuestras historias de amor con aquellas que leemos o con lo que imaginamos que vemos en otros matrimonios, también acabaremos desilusionadas. Olvidamos que lo que vemos son solamente los puntos altos y que toda pareja casada debe poner gran esfuerzo en su relación. Dios es quien ha escrito tu historia de amor, no los seres humanos imperfectos. En cualquier momento que intentamos competir con otras mujeres, comparar a nuestro esposo con el de otras o no hallamos satisfacción en nuestras propias circunstancias, estamos destruyendo nuestra oportunidad de estar contentas.

No estoy diciendo que las necesidades de las mujeres no tienen importancia. He estado en esa situación muchas veces, sintiéndome al límite y creyendo que soy la única que siempre está dando. He clamado a Dios y le he preguntado por qué creó estos anhelos en mi corazón si no van a ser satisfechos. ¿Por qué creó a la mujer que llorara tan fácilmente cuando se siente estresada o distante de su esposo? ¿Y por qué eso hace más grande la brecha?

Y entonces un día leí esto: "Mas antes, oh hombre, ¿quién eres tú, para que alterques con Dios? ¿Dirá el vaso de barro al que lo formó: ¿Por qué me has hecho así?" (Romanos 9:20). Comprendí que eso era exactamente lo que estaba haciendo. Además de la amargura en mi corazón contra mi esposo, también crecía la amargura contra Dios.

A veces tenemos problemas en reconocer la bondad y fidelidad de Dios, pero él siempre está a nuestro lado a pesar de las circunstancias. Nuestras

reacciones a nuestras circunstancias son más importantes que las mismas circunstancias. Quizás no podemos controlar nuestras circunstancias, pero podemos controlar nuestra respuesta a estas. El amor verdadero muchas veces es difícil, inconveniente y exige sacrificios. Una relación verdaderamente feliz es el resultado de buscar el bien de la otra persona a nuestro costo.

En el contexto más amplio de la vida, lograr lo que deseamos realmente no nos trae felicidad duradera. Sí, recibir flores, mensajes de texto desde el trabajo y masajes nos hace sentir amadas, pero si nuestro corazón está lleno de amargura, el placer que recibimos cuando nuestro esposo hace estas cosas únicamente es temporal. Por otra parte, si buscamos llevar una vida entregada, todas las cosas pequeñas que él hace se elevan como ladrillos sobre el fundamento que hemos edificado. El placer entonces está presente día tras día, aun cuando no hay citas ni masajes ni flores.

En 1 Samuel 25, leemos de una esposa extraordinaria. Los años de vivir con Nabal, su esposo malhumorado, no habían amargado a Abigail ni la hacían buscar maneras de vengarse. Dios la honró por su coherencia, generosidad y disposición de seguir por el camino correcto, sin importar cuán difícil era. Dios todavía honra a aquellos que son fieles, aun cuando trae dificultad, miseria o dolor. Él no siempre nos libera, pero sí promete acompañarnos.

¿Qué tal de aquellas ocasiones cuando sientes que tu esposo no merece tu respeto y bondad? Tratar de seguir los mandamientos de la Biblia con tu propia fuerza lleva a un servicio falso y forzado, pues hay un límite a nuestra propia fuerza. Pero cuando abrazamos el camino de fe y confianza en Dios, dependiendo de él aun cuando el camino es desconocido, lo que parece que nos debe disminuir más bien nos engrandece. Nuestra felicidad descansa en nuestra fe y confianza y obediencia constante.

Depender de tu esposo para ser feliz hará que tus emociones sean muy variables. Primeramente, debes establecer a Dios como la fuente de tu felicidad; entonces, cuando tu matrimonio tambalee, tendrás un fundamento edificado sobre Dios. Únicamente entonces podrás permitir que Dios obre a través de ti para edificar un matrimonio para su gloria. Sin importar cuán débil parezca tu matrimonio al momento, si sigues desarrollando bondad, compasión y entendimiento, tu matrimonio puede ser fortalecido.

A la raíz de algunos matrimonios fracasados están las mentiras que usan

las esposas para convencerse a sí mismas que lo que están haciendo no es tan malo o el continuar con hechos que no ayudan a crear un ambiente en que pueden suceder el crecimiento y los cambios. Quizás son palabras cortantes y enojadas que lanza una esposa en medio de las conversaciones dolorosas, luchando por retener el control porque teme ser herida. A veces es una falta de tristeza genuina por su propio pecado y el demandar que su esposo sea el primero en cambiar o es negarse a luchar por su matrimonio porque cree que su esposo no está tratando de hacer que funcione. En otras ocasiones es esperar a que su esposo se disculpe antes de comenzar a perdonar, pensando más en lo que merece en vez de lo que puede dar o decir que ha perdonado, pero volver a señalar el asunto vez tras vez como munición para que él también sienta el dolor como lo siente ella.



No estás sola cuando buscas restaurar el gozo de tu matrimonio. Aunque parezca que tu esposo no se preocupa por tus necesidades, Dios sí se preocupa. Tienes las huestes celestiales apoyándote, y Dios suple la fuerza necesaria para hallar gozo en tu matrimonio y para amar a tu esposo con un corazón agradecido.

Sumisión o control



"Pero quiero que sepáis que Cristo es la cabeza de todo varón, y el varón es la cabeza de la mujer, y Dios la cabeza de Cristo" (1 Corintios 11:3).

"Las casadas estén sujetas a sus propios maridos, como al Señor; porque el marido es cabeza de la mujer, así como Cristo es cabeza de la iglesia, la cual es su cuerpo, y él es su Salvador. Así que, como la iglesia está sujeta a Cristo, así también las casadas lo estén a sus maridos en todo" (Efesios 5:22-24).

El matrimonio y un partido de beisbol

El matrimonio a veces es como un partido de beisbol entre niños. Dios específicamente ha puesto las "reglas del juego" en la Biblia. En el partido de beisbol de la vida, debe haber directrices y participantes dispuestos para que las cosas marchen bien.

Imagina un partido de beisbol en donde el jugador está listo para batear. Las bases están llenas y todos confían en el bateador. Sus compañeros de equipo correrán únicamente cuando él decida golpear la pelota. Todos conocen las reglas.

Pero ¿qué tal si otro jugador con buenas intenciones decide que el bateador necesita ayuda con su técnica? Se adelanta a posicionar el bateador un poco más a la derecha. Y luego lo aleja un tanto de la base. "Sostén el bate un poco más alto", lo anima.

El pícher finalmente puede lanzar la pelota. Es rápida y baja, exactamente donde le gusta al bateador. El bateador quiere golpear la pelota, sentir el golpe sólido al enviarla más allá de los jardineros. Él quiere sentir la adrenalina en las venas cuando consigue un jonrón y ve que los otros corredores

también llegan a salvo. Pero el jugador entrometido lo ha posicionado en un ángulo diferente al que acostumbra y ha colocado el bate en una posición desconocida. El bateador mueve el bate con toda su fuerza, pero falla. Con impaciencia, el jugador entrometido se acerca para acomodarle la gorra al bateador y luego lo vuelve a su posición original.

Otra vez le lanzan la pelota, y el bateador falla por segunda vez. No es que no quiera pegarle a la pelota. Él ha bateado muchas veces antes; de hecho, es reconocido como el mejor jonronero y el que envía más lejos la pelota. Los jardineros normalmente retroceden cuando él llega al bateo, pero esta vez más bien se acercan. ¿Qué le ha sucedido? El bateador empieza a dudar de sí mismo. Él sabe que puede golpear la pelota, lo ha hecho antes.

Sin embargo, cuando el pícher extiende la mano para volver a lanzar la pelota, el jugador entrometido salta detrás del bateador, decidido a ayudarle a lograr el éxito. La pelota vuelve a llegar y el bateador intenta golpearla, pero su amigo entrometido también está sosteniendo el bate, haciendo que mueva el bate mucho después de que ha pasado la pelota.

El bateador queda fuera, ponchado. Deja caer el bate y con los hombros caídos se aleja de la base. Ha fallado y siente resentimiento hacia su amigo entrometido. ¡Si tan solo lo hubiera dejado golpear la pelota de la manera que él mejor podía!

El amigo le lanza una mirada de desdén. Él le había demostrado cómo hacerlo. Hasta le trató de ayudar y aun así quedó ponchado. Enojado, el amigo entrometido toma el bate para su turno. Él le demostrará al bateador anterior cómo golpear la pelota. ¡Pues todas aquellas personas sobre las bases contarán con él, ya que el Bateador número 1 ha fallado!

El pícher lanza la pelota, pero el Bateador número 2 mueve el bate demasiado alto y abierto. Luego, por la pura frustración que aumenta por su determinación de lograrlo, queda eliminado.

¿Volverá a intentar el Bateador número 1 durante la siguiente entrada? En gran parte depende si continúa la interferencia. Si el amigo entrometido no trata de dirigirlo esta vez, quizás el Bateador número 1 intente nuevamente. Por supuesto, recordará su última eliminación y podrá sentir cierto temor. Puede ser que mueva el bate más bajo de lo que el Bateador número 2 cree que lo debe hacer y definitivamente moverá el bate con más fuerza. Pero sin

interferencia, probablemente golpee la pelota y logre anotar para su equipo.



¿Qué tal si te preocupan las decisiones de tu esposo con respecto a tus hijos? ¿Qué tal si sientes que él no tiene sus mejores intereses en mente y su decisión de permitir algo causa repercusiones con las que tendrás que lidiar en la vida diaria? Es posible que él permita que los niños hagan cosas que tú no crees que tienen edad para hacerlas, les compre cosas que desean cuando andan con él o quizás aún compre cosas para él mismo que crees que son innecesarias.

¿Permitiremos que nuestro esposo tome su turno legítimo para "batear" o trataremos de controlar su posición porque no creemos que sepa batear lo suficiente bien? Cuando una persona que por primera vez en la vida va a batear, rara vez consigue un jonrón. Probablemente ni siquiera logre un jonrón la vigésima vez que se pare en la base. Cada vez que logra golpear la pelota, se vuelve mejor en el bateo y su confianza en su habilidad aumenta.

Deseara haber conocido las similitudes entre el matrimonio y un partido de beisbol cuando estaba recién casada. Sabía lo que quería o lo que no quería en mi matrimonio, pero tuve que aprender a base de prueba y error, mucho error, cómo tener un matrimonio que honra a Dios.

Al igual que en el partido de beisbol, la esposa (Bateador número 2) puede animar a su esposo (Bateador número 1) "Golpea la pelota. Ese está bueno". Pero el esposo finalmente debe decidir si el lanzamiento es bueno o no.

Es bueno que la esposa le dé ánimo. "Qué buena esa". "Puedes hacerlo". "Sé que puedes". Y "¡Buen batazo!", aun si no es jonrón. A la mayoría de los esposos no les molesta que sus esposas les den sugerencias de ánimo, pero si una esposa hace sugerencias porque no confía en sus decisiones y comienza a tomar el control y micro gestionar, es entonces que ella se sale de su lugar.

El no tener la última palabra no hace que una esposa sea menos importante; pues, de hecho, la posición de cada jugador es muy necesaria para que se pueda disfrutar el juego y se lleve a cabo sin complicaciones. El trabajo del esposo es aquel que solo él puede realizar.

A veces tu esposo posiblemente tome una decisión que crees que será

perjudicial para tus hijos. (No estoy hablando aquí de algo como abusar sexualmente de ellos). Calmadamente compartir tu punto de vista con él es parte de un matrimonio cristiano saludable.

Pero después de expresarte, hazte a un lado y permite que él batee solo; tú debes permanecer en la posición que Dios te ha ordenado. Si te sales de tu lugar como esposa, habrá repercusiones por tus malas decisiones. La responsabilidad de las malas decisiones cae sobre tu esposo. Él es el que será llamado a cuentas, pues tiene la responsabilidad de ser el líder.

Ahora, si te sales de tu lugar y tratas de interferir cuando tu esposo golpea la pelota, los corredores (tus hijos) lo verán. Si tu esposo comete errores, los hijos no son ciegos y los errores son perdonables. Pero si interfieres, tus hijos resentirán el conflicto causado por tu deseo de forzar tu ayuda.

Si crees que tu esposo es incapaz de tomar la decisión correcta o que no golpeará la pelota con suficiente fuerza o en la dirección correcta y crees que debes hacerlo por él, te estás abriendo al fracaso. No solamente te has salido del rol que Dios te ha dado; tus hijos también lo sabrán, así como también todos los otros jugadores en el campo.

Cuando una esposa se sale de su lugar, su posición queda vacía, abierta y vulnerable ante los ataques. Quizás el esposo no sea tan piadoso como Dios desea y tome decisiones que no se alinean con los principios piadosos. Pero no estás saliéndote de tu lugar al leerles historias bíblicas a tus hijos ni al enseñarles a ser bondadosos y honestos y otros principios bíblicos. Eso está dentro de tu lugar sin importar si tu esposo es el mejor y más valiente bateador del mundo. No le cuentes a tus hijos ni a nadie más cuán mal bateador es tu esposo. Eso puede hacer que otros lo desprecien y que tus hijos terminen despreciándote a ti también.

¿Que debes hacer si has estado fuera de tu lugar de ayudarle a tu esposo en su rol de liderazgo? Hay esperanza, no importa cuánto tiempo has estado usurpando su autoridad.

Quizás tu esposo tenga miedo de tomar el bate. Si la esposa ha estado fuera de su lugar durante suficiente tiempo, posiblemente lleve un tiempo para que la relación y los papeles se vuelvan a establecer. No funcionará que le diga a su esposo: "Ve, toma el bate. Esta vez no lo tocaré. No voy a decir una sola palabra. No me voy a meter; ahora levántate y haz tu parte".

El esposo que se ha acostumbrado a hacerse a un lado para su esposa, rara vez estará preparado para volver de una vez a su lugar. Él desconfía de ella, pensando que solamente quiere otra oportunidad para burlarse de él.

Cuando la esposa reconoce su error, le debe una disculpa a su esposo. Luego debe sentarse calladamente en su lugar y rehusar tomar el bate o decirle a su esposo lo que debe hacer. Entonces, no importa cuánto tiempo tengan que esperar los que están en el campo y en las bases, hay posibilidad de que el bateador, aunque muy temeroso del fracaso, cobre el ánimo de tomar el bate. La mayoría de los esposos cristianos desean dirigir a su familia. Necesitan de nuestra cooperación, ánimo y oraciones, no burlas y micro gestión.

Yo he tratado de ayudarle a mi esposo a batear. He murmurado y zapateado la tierra donde estaba parada al margen. He golpeado mi guante de beisbol con el puño mientras he volteado los ojos a espaldas de mi esposo. Para mi vergüenza, lo he hecho descaradamente en su cara. Le he dicho vez tras vez cuán equivocada era su decisión en ciertos asuntos. Me he elevado fríamente sobre mi tótem de orgullo. Y cuando él ya ha superado un asunto, y yo no, me he entregado a él de mala gana cuando él me desea, todo el rato pensando cosas terribles como "Si él realmente me amara, miraría el asunto de la misma manera que yo. ¡Mi manera es la mejor!"

A través del tiempo, Dios me ha ayudado a ver que es en los momentos cuando recuerdo que debo permanecer en mi lugar que mi esposo me puede escuchar mejor y yo siento más paz y alegría. Incluso cuando las cosas parecen precarias, puedo saber que Dios obrará cuando confío en él y cumplo el papel que él me ha dado como esposa.

¿Podemos acusar a nuestros esposos con Dios?

Durante los pocos años de nuestra vida matrimonial cuando Doncella Guerrera perseguía a mi esposo, yo criticaba, derramaba muchas lágrimas, me enojaba y le decía cosas hirientes a mi esposo. No me importaba si lo hería; después de todo, él me estaba hiriendo a mí.

Yo amaba mucho a mi esposo y quería que nuestro matrimonio mejorara, pero día tras día mis pensamientos corrían por líneas de amargura y enojo. Leía libros sobre el matrimonio, tratando de hallar respuestas a mis preguntas, pero solamente cerraba los libros mientras otra capa de

amargura se asentaba en mi corazón. Los libros escritos por hombres me hacían comparar subconscientemente a mi esposo con ellos, pues parecían estar en armonía perfecta con sus esposas.

Mi conflicto interno era enorme; no sabía qué hacer con mi enojo que se alimentaba de mis pensamientos negativos. Si mi esposo realmente me amaba, ¿no terminaría con la doncella que lo perseguía? ¿No trataría de hacer caso omiso de ella, sin importar cuántas veces le pedía reunirse con nosotros y sin importar cuántas lágrimas derramaba, porque creía que yo la trataba mal? Como yo estaba segura de que mi esposo era el único responsable por los problemas en nuestro matrimonio, mis lágrimas y mis críticas continuaron. Suponía que si le decía suficientes veces dónde estaba fallando, lo dejaría de hacer.

Muchas veces le rogué a Dios que me hiciera una mejor esposa. ¿Qué esperaba exactamente de esa oración? Creía que si mi esposo cambiaba de la manera que yo pensaba que debía cambiar, automáticamente llegaría a ser una mejor esposa. Así que, mis oraciones eran nada más una manera oculta de decir: "Dios, haz que mi esposo cambie para que yo pueda ser feliz". Pero no es posible que una esposa acuse a su esposo con Dios.

Finalmente, llegué a mi límite. Me imaginé que si lo abandonaba por un tiempo, mi esposo reconocería cuán preciosa era para él. Estaría forzado a ver la diferencia entre su esposa, quien hacía tanto por él, y la jovencita necia que no dejaba de tratar de seducirlo.

Pero ¿adónde iría? ¿Cómo podría hacer el largo viaje con tres bebés? ¿De dónde iba a sacar dinero? Sería mejor dejarlo mientras él estuviera en el trabajo, razoné. Él merecía regresar a una casa vacía y luego tratar en vano de contactarme.

Había llegado hasta el punto de decidir dónde iba a ir, cuando de repente pensé en un "qué tal si". Qué tal si la respuesta de mi esposo fuera "Claro, aléjate. Quédate allí". Temía el orgullo de mi esposo, no comprendiendo que debía temerle a mi propio orgullo.

Estaba herida, y quería que mi esposo sintiera el mismo dolor que él me estaba causando a mí. Algunas mujeres deciden coquetear con otro hombre para provocar los celos de su esposo, otras lo abandonan y

muchas le niegan el sexo a su esposo. Pero las represalias nunca funcionan. Las represalias siempre regresan a herirte más de lo que anticipas. Traen consecuencias que nunca podrás borrar.

Creí la mentira de que nuestro matrimonio era difícil completamente por culpa de mi esposo. Satanás trataba de hacerme creer que quizás me había casado con el hombre equivocado, que me iría mejor sin él. No estaba considerando racionalmente el hecho de que a veces la vida es difícil, sea casada o soltera, sea o no que mi esposo me trajera muchas flores o me lavara los trastos los fines de semana.

Creí la mentira de que era víctima de mis circunstancias. Estaba convencida de que mi esposo impedía que gozáramos un matrimonio amoroso y pacífico. Estaba cegada al hecho de que mi propio egoísmo y orgullo ayudaban a arruinar nuestro matrimonio. Deseaba algo diferente, pero hasta que empecé a permitir que Dios cambiara mi corazón, no sabía cómo lograr el tipo de matrimonio que anhelaba.

La mentalidad que había adoptado en los años anteriores era que los problemas matrimoniales siempre eran culpa del esposo, los errores del esposo privaban a su esposa del amor y la felicidad que ella merecía. Interesantemente, mi esposo estaba convencido de que yo era el problema. Durante nuestros conflictos, muchas veces él estaba seguro de que nuestros problemas estaban casi resueltos. Siendo optimista, él pensaba que, si hacíamos una pequeña corrección aquí y otra allá, lo tendríamos resuelto.

Una muchacha soltera mayor, a quien yo conocía bien, se había casado cuando yo era adolescente. Era evidente que su esposo la amaba y que ella se deleitaba en él. Ella siempre le sonreía, aún después de años de estar casados, y cuando él la miraba, se notaba en su rostro que la adoraba. ¡Esa era la clase de matrimonio que yo deseaba!

Pero no sabía cómo lograr que mi esposo me amara así en todo momento. En medio de nuestra confusión, tuvimos unos ratos muy maravillosos y amorosos, pero yo anhelaba que el amor permaneciera todo el tiempo. Intenté vez tras vez hacer que mi esposo me amara continuamente como deseaba ser amada. Le citaba versículos de la Biblia, le recordaba constantemente y oraba en forma conmovedora. Pero todo

ese tiempo, trataba de controlar a Dios para que él controlara a mi esposo.

Sumisión, un lugar de abandono

Es difícil llegar al lugar de abandono que se requiere para la verdadera sumisión. Esa es la lucha de toda esposa. Pero la decisión de "soltar" depende de lo que escogemos de entre dos caminos. ¿Cuánto realmente deseamos obedecer a Dios? ¿O nos aferraremos a lo que creemos que necesitamos y estamos seguras de que lo merecemos?

Tendemos a mirar la sumisión como un acto enorme e importante que se debe hacer de una vez. Pero, realmente, la mujer sabia edifica su matrimonio un momento a la vez. Cada momento debemos decidir entregar nuestra vida y voluntad para aceptar el maravilloso plan del Padre para el matrimonio.

Por otro lado, si decidimos que no es seguro entregar nuestros temores, inseguridades y lo que creemos que merecemos, y creer la Palabra de Dios, llegamos a ser necias. "La mujer sabia edifica su casa; mas la necia con sus manos la derriba" (Proverbios 14:1).

Esto me da el cuadro de sacar paja de un montón de paja, una pajita a la vez. Sacar una pajita del enorme montón parece insignificante, pero al pasar los momentos y los años, a menos que cambiemos, las pajitas llegan a formar un gran montón. Muchas veces para entonces ni pensamos en las pajitas que estamos sacando. En lugar de eso nos enfocamos en la manera que nuestro esposo no logra cumplir con nuestras expectativas.

Cuando nuestros hijos son pequeños, es fácil controlarlos, así que nuestro esposo es el que sufre cuando sacamos las pajas. Luego, cuando nuestros hijos crecen y comienzan a tomar decisiones diferentes a las nuestras, podemos comenzar a sacar pajas de ellos también. Y ya que por tantos años nuestro enfoque estaba hacia lo externo y no permitimos que Dios hiciera cambios en nuestro propio corazón, este se vuelve más duro. Parece como si todos tratan de aumentar nuestra miseria.

Las personas pueden tratar de señalar donde estamos sacando pajas, pero estamos tan acostumbradas que no notamos lo que hacemos. Estamos seguras de que nuestro esposo y nuestros hijos saldrán mal si tomaran decisiones sin nuestra contribución. Creemos que somos la única que estamos sosteniendo unida a nuestra familia. ¡La idea de orar y verdaderamente abrir nuestro

corazón a Dios en fe se siente muy peligroso!

La sumisión es una decisión personal, pero devuelve el control a su lugar apropiado. Tomamos la decisión de someternos al Señor a través de nuestro esposo, a quien Dios puso en autoridad sobre nosotras. Entonces tenemos el control del lugar que Dios quiere para nosotras, nuestro propio corazón y los pensamientos y las palabras que salen de él.

Verdaderamente someterte a tu esposo trae dulce paz. Aun si tus circunstancias no cambian, tendrás una paz establecida que nace de confiar totalmente en Dios y de saber que estás haciendo su voluntad. Eres libre, libre de la preocupación de si tu esposo ha leído la Biblia u orado, libre de la carga de intentar controlar sus decisiones y libre para mejorar la actitud de tu propio corazón.

Manipulación

La manipulación, más comúnmente conocida como dominio, es un vicio con el cual luchan muchas esposas. Podemos intentar manipular a nuestro esposo, y cuando eso no funciona, podemos intentar manipular a Dios por medio de nuestras oraciones, para que él se encargue de que nuestro esposo haga lo que nosotras deseamos. Pero Dios no puede ser manipulado y, realmente, no quieres manipular a tu esposo, pues él llegará a ser menos hombre, solamente una cáscara de lo que es capaz de ser.

A través de los años, he tenido que poner mi corazón sobre el altar vez tras vez cuando Satanás trata de quitar mi enfoque de Dios y volverlo sobre mí misma. A veces siento que soy la que tengo que negar todo lo que necesito, que doy la respuesta blanda y que renuncio a mi voluntad. Mis ojos entonces se ciegan a todas mis bendiciones y a las maneras en que mi esposo me trata de guiar, si tan solo se lo permitiera.

En un intento de hacerlo feliz, a veces he renunciado a algunas cosas, o por lo menos he dicho que lo haré, para ver si las cosas cambian. Mi esposo muchas veces me ha dicho que deje de hacerme la víctima y de tratar de hacerlo sentir mal al negarme felicidad a mí misma. "Obedecer es mejor que los sacrificios" (1 Samuel 15:22). No importaba cuántos sacrificios de mártir hacía para manipular a mi esposo; nunca trajo la felicidad que deseaba en nuestro matrimonio. Todos mis "sacrificios" eran inútiles porque en realidad

no estaba obedeciendo la Palabra de Dios ni a mi esposo.

Había tratado de renunciar las cosas externas, sin embargo, en mi corazón esperaba algo a cambio. Eso todavía era un intento de manipular, nada más que el otro lado de la moneda. Mi esposo comprendía el verdadero propósito del intento y aborrecía esos sacrificios. Él sabía que yo obedecía de palabra, pero no de corazón.

A veces mi esposo me recuerda que debo dejarlo tomar el liderazgo en las áreas donde no estamos en acuerdo. Aun si estoy renuente a confiar en su liderazgo por temor de que cometa un error, debo permitir que él haga la obra que Dios pide de él como esposo.

Esto me puede poner en una situación muy difícil. Estoy dispuesta a renunciar aquellas cosas que disfruto hacer, pero mi esposo no quiere mi actitud de víctima. Tampoco quiere una esposa débil y sin identidad que nunca expresa su opinión. Durante varios años buscaba las respuestas a este misterio.

Descubrí una frase que no había escuchado antes; sumisión falsa. Comprendí que mientras pensaba que obedecía los mandatos de Dios de someterme a mi esposo, no había entregado por completo las riendas. Quería sostener los extremos para que, si pensaba que mi esposo las soltaba, yo podría tomarlas y, con suerte, no todo sería perdido. Pensé que intentaba someterme, pero todavía fallaba. Tenía que abandonar totalmente mi deseo de controlar a mi esposo. "Así que, como la iglesia está sujeta a Cristo, así también las casadas lo estén a sus maridos en todo" (Efesios 5:24). ¡En todo! Sin omitir nada.

Nadie me podía *obligar* a someterme. Era mi decisión personal. Debía entregarme a Dios a través de mi esposo. La idea de entregarme totalmente a Dios me llenaba de miedo. Satanás quería que sintiera temor de perder mi identidad y de que mi esposo cometiera errores con consecuencias negativas duraderas.

Sin embargo, cuando tomé la decisión de someterme completamente, mi relación con mi esposo y con Dios se volvió más estrecha. Sorprendentemente, hallaba hermoso servir a mi esposo al hacerle comida y limpiar la casa, hacerle masajes cuando tenía la espalda adolorida y al darle placer dentro y fuera de la cama. Cuando me entregué a la sumisión verdadera, el gozo me llenó porque sabía en lo profundo de mi corazón que estaba bien con Dios.

Dios es misericordioso. Él no lanza sobre nosotros la montaña completa de nuestra debilidad. Durante aquellos tiempos que colocaba mi corazón sobre el altar y trataba de aprender la sumisión, él entendió mi deseo de hacer su voluntad. Él me llevó paso a paso y, al reflexionar sobre algunas de esas áreas de lucha, me siento agradecida hoy de que no hay ningún conflicto en esas áreas. Se han entregado por completo. Entiendo que mi esposo todavía cometerá errores, después de todo, es humano, pero creo en un Dios que es más grande y poderoso de lo que yo jamás podría ser. Donde quizá solo agravé la situación, él puede redimir y transformarlo en algo más bello.

No te desesperes cuando Dios te muestra dónde estás mal. Él no espera que seamos perfectas, él nos creó y conoce cada una de nuestras faltas y fracasos. Sin embargo, nos amó tanto que mandó a su único Hijo precioso para ti y para mí. "Porque Jehová vuestro Dios es clemente y misericordioso, y no apartará de vosotros su rostro, si vosotros os volviereis a él" (2 Crónicas 30:9).

La verdadera sumisión es más que decirle "Sí, señor" a nuestro esposo. Es cuando también el corazón dice "Sí, señor". Al principio puede parecer que nuestra sumisión solamente se trata de palabras, porque aun solamente decir las palabras parece requerir toda nuestra fuerza. Pero entonces, por medio de la oración, y a veces hasta del ayuno, necesitamos poner nuestro corazón en acuerdo, comprendiendo que Dios realmente tiene control de la situación. Sabes que realmente te has sometido cuando tu corazón se llena de paz y gozo a pesar de un futuro incierto.

La sumisión no es fácil. Cuando tomas esa decisión de cada vez escoger la sumisión, justo en el momento en que la paz inunda tu corazón, Satanás comenzará a atacarte desde diferentes ángulos. En momentos así, llena tu mente de himnos y de la Palabra de Dios. Escribe un pasaje de la Biblia para memorizar y colócalo en la refrigeradora. (Asegúrate de que no sea un pasaje que crees que tu esposo debe leer. Él lo entenderá como otra manera de manipularlo).

Ser sumisa no significa que eres débil. Exige fuerza renunciar a tu deseo de controlar y manipular. Requiere fuerza poner en acuerdo tu corazón y tu mente, y decir "No se haga mi voluntad, Señor, sino la tuya".

Lamentablemente, he fallado muchas veces en esta área. Después de haber

acabado la situación, recuerdo que habría evitado muchas palabras si hubiera escogido la sumisión. Ojalá siempre recordara escoger la sumisión de corazón en el momento, y no esperar hasta que haya dicho las palabras hirientes.

Ten ánimo; sí se vuelve más fácil. Así como nuestra mente se acostumbra a creer la mentira, también podemos acostumbrarnos a aceptar la verdad y actuar en consecuencia.

"Asimismo vosotras, mujeres, estad sujetas a vuestros maridos [sean subordinadas a ellos como secundarias y dependientes de ellos, y adáptense a ellos]; para que también los que no creen a la palabra [de Dios], sean ganados sin palabra por la conducta [piadosa] de sus esposas, considerando vuestra conducta casta y respetuosa, en conjunto con tu reverencia [para tu esposo; debes sentir hacia él todo lo que la reverencia incluye: respetarlo, reverenciarlo, ceder a él, honrarlo, apreciarlo, estimarlo y en el sentido humano adorarlo, admirarlo, alabarlo, serle devota, amarlo profundamente y disfrutar de tu esposo]" (1 Pedro 3:1-2 amplificado).

Sin importar cuál sea nuestra razón por querer excusarnos de someternos, no hay excusa. El plan de Dios para las esposas está escrito claramente en la Biblia y nos alcanza a todas, aun a las esposas cuyo esposo no cree en Dios. Pagamos un alto precio por transigir la verdad de la Palabra de Dios, sin importar lo que dice la cultura o lo que hacen las amistades que nos rodean. "Mas [aquella] que hace injusticia, recibirá la injusticia que hiciere, porque no hay acepción de personas" (Colosenses 3:25).

¿Qué tal si nuestra mayor prueba de fe es seguir calladamente a nuestro esposo en sus decisiones? Es difícil escoger lo correcto mientras somos probadas. Aun Eva, en un jardín perfecto, con un esposo perfecto, amor perfecto y comunión perfecta con Dios, fue probada y fracasó. Pero, por la gracia de Dios, se puede hacer.

No trates de poner excusas al decir: "Oh, realmente no conoces a mi esposo". Aun cuando estás muy enamorada de tu esposo, a veces es difícil someterte y obedecer. Debes constantemente poner a un lado tus propios planes mientras te adaptas a su liderazgo.

En la antigüedad, Abraham tomó decisiones importantes que deben de haber sacudido el mundo común y cómodo de Sara. Si ella hubiera respondido de la manera en que muchas veces somos tentadas a responder, ¿habría

terminado su historia de la misma manera?

¿Qué tal si Sara hubiera dicho: "Abraham, ¿cómo se te ocurrió pensar que vamos a salir de este lugar? Nos estamos alejando mucho de nuestras familias. Ni siquiera es justo que me lleves tan lejos de mis amigas. No te importa lo que quiero. Y ¿ni siquiera sabes hacia dónde vamos? Estoy tan cansada de empacar todas nuestras cosas, especialmente si no sé en qué clase de tienda viviremos después. ¿Por qué no me ayudas más por las tardes? ¿Por cuál camino viajaremos? ¿No crees que estás haciendo trabajar muy arduamente a los camellos? ¿No debiéramos detenernos en este próximo oasis para que descansen? Se mira mucho más bonito que el último lugar donde hicimos campamento. ¿Cuándo te vas a detener? Hemos viajado en estas bestias durante días y ya estoy harta. Si no hallas un lugar de aquí a mañana, no avanzaré más en esta aventura. Desde un principio fue una idea ridícula".

¿Qué tal si al día siguiente Abraham hubiera hallado un lugar dónde quedarse por complacer a su esposa, pero se hubiera perdido las grandes bendiciones que Dios tenía preparadas para él y sus descendientes?

Dios quiere obrar en la vida de tu esposo. Ten cuidado de que tu voz no esté ahogando la voz suave y apacible de Dios para él. ¿Será que tus dudas de sus decisiones hacen que él dude de lo que estaba seguro de que era la voluntad de Dios? Si dudas de las decisiones de tu esposo, ora por él con la disposición de seguir los mandatos de Dios. Cuando tu propio corazón esté en orden, habla con tu esposo. Pregúntale respecto de su idea. Es bueno compartir tu preocupación o tu idea, pero luego suéltalo.

Si nuestro corazón no se ha rendido en sumisión cuando hablamos con nuestro esposo sobre sus decisiones, no estamos llegando de un lugar de humildad. ¿Insistimos en que tenemos que arreglar las cosas como pareja, luego presionamos hasta que nuestro esposo por fin decide seguir nuestra idea?

Cuando dificultamos que nuestro esposo tome el liderazgo, entonces podemos comenzar a pensar que ellos no son líderes confiados y que su fe es tibia. Quizás citamos versículos bíblicos para desafiarlos y condenarlos, pero parece únicamente resentirlos. De vez en cuando quizás hacen un pequeño esfuerzo de leer la Biblia o hacer lo que nosotros queríamos que hicieran. Pero la amargura en nuestro corazón crece un poco más, porque en lo profundo de nuestro ser sabemos que solamente buscaban hacernos felices o que

los dejáramos en paz.

"Obedeced a [aquellos que tienen autoridad sobre ti], y sujetaos a ellos… para que lo hagan con alegría, y no quejándose" (Hebreos 13:17). ¿Por qué buscamos evitar este mandato en nuestros matrimonios? Es porque Satanás quiere destruir todos los matrimonios o al menos la felicidad y paz que hay en ellos.

Permite que Dios obre en tu corazón para que tu esposo te dirija con gozo y no con tristeza. Permite que Dios suavice tu corazón y saque toda amargura y enojo. Cuando Dios es el primero y más importante en tu corazón y hace su obra transformadora, tu belleza será la de un "espíritu afable y apacible que es de grande estima delante de Dios" (1 Pedro 3:4). No tan apacible que nunca expresas tu opinión, sino apacible en el sentido que tienes tu corazón tan lleno del amor de Dios que tu esposo es testigo de tus palabras, expresiones faciales y actitudes pacíficas.

Un espíritu afable y apacible significa que, aunque crees que tu esposo está cometiendo un grave error, continuarás honrándolo y orando por él. Dejarás de tratar de cambiar su decisión si él escoge pasar por alto tu sugerencia.

Antes de que empieces a pensar que tú, como esposa, tienes el camino difícil, reconoce que eso puede ser otra mentira. Un esposo tiene sus propios mandatos de parte de Dios. Él debe seguirlo y someterse a él, pero es tan difícil que un esposo sea un líder fuerte y piadoso como lo es que una esposa se someta y obedezca a su esposo en todo. Cuando el esposo sabe que tiene que tomar una decisión que no le agradará a su esposa y que quizás hasta la resentirá, hace que su trabajo como esposo sea aún más difícil.

¿Cuántos esposos quizás llegarían a ser fuertes hombres de Dios si no fueran derribados por esposas que fuerzan sus ideas y opiniones sobre ellos y están descontentas con el liderazgo de sus esposos?

No vemos el cuadro completo, y quizás Dios está usando esta experiencia para acercar más a tu esposo. Quizás pienses: "Oh no, es muy peligroso. Mi esposo comete tantos errores que no puedo arriesgarme a confiar en él". Al decir eso, realmente estás diciendo: "No puedo confiar en Dios. Es muy peligroso". Quizás lo que Dios desea utilizar para obrar en el corazón de tu esposo es impedido por tus palabras y acciones, porque temes soltar las riendas y orar. Tratas de meter tu opinión, queriendo garantizar el resultado

que crees más seguro.

Cuestionar las decisiones de tu esposo, combatir lo que él dice y publicar sus fracasos es una falta de sumisión a los mandatos de Dios para las esposas. Una esposa que controla a su esposo está en rebeldía contra Dios y resiste a su autoridad.

Ten cuidado de que en tu enojo o frustración no digas cosas que luego lamentarás. Clama a Dios a solas y luego aférrate a él para recibir fortaleza.

Una vez, en lugar de tomar el tiempo de orar y esperar en la obra transformadora de Dios en nuestro matrimonio, me desahogué con una amiga. Al siguiente minuto, deseaba poder retraer cada palabra que había dicho. Si alguna vez has hecho eso, puede ser una lección para la siguiente vez que desees quitar la presión de tu mente.

Una amistad de confianza puede dar consejos útiles, pero asegúrate de no hablar mal de tu esposo por enojo o frustración sencillamente porque no lo puedes cambiar. Necesitamos amigas que nos animen a respetar y honrar a nuestro esposo, aun cuando parezca difícil.

Tú no llegaste a ser automáticamente el cónyuge perfecto cuando te casaste, como tampoco tu esposo. No intentes jugar el papel del Espíritu Santo en su vida, sino permite que Dios tenga lugar para obrar en su corazón. Extiende gracia en momentos de fracaso y crezcan juntos.

Revisa tu corazón: ¿Eres culpable de insumisión?

- ¿Le recuerdas constantemente de sus fracasos?
- ¿Constantemente lo corriges o le dices qué decir cuando está hablando?
- ¿Te dices que tu esposo prefiere que tú seas responsable?
- ¿Te quejas de que tu esposo casi no te habla?
- Pones excusa por tu manipulación al decir: "Solamente quería ayudar".
- ¿Les repites a otros las faltas de tu esposo?



- ¿Hay alguna situación en que guardas silencio, pero volteas los ojos, suspiras o rehúsas hablar con él?
- ¿Le has negado el sexo porque sientes que es insensible o no te ama como deseas?
- ¿Hay algo que tu esposo te ha pedido que cambies, pero rehúsas hacerlo o lo haces a sus espaldas?

¿Qué tal si tienes convicciones diferentes a las de tu esposo?

¿Qué tal si tu esposo no comparte tus convicciones? ¿Debes ir en contra de tu conciencia? ¿Qué tal aquellos sentimientos no resueltos en tu corazón después de otra conversación que no terminó bien, pero tu esposo ya no lo quiere dialogar? ¿Qué tal aquellos largos silencios donde no hay paz, cuando crees que quizás él mismo ni siquiera sabe lo que quiere y, sin embargo, cree que *tú* eres difícil de comprender?

Tú y tu esposo siempre tendrán diferencias de opinión en algunas áreas. Solo el hecho que él es hombre y tú eres mujer presagia el potencial de conflicto. Uno de ustedes puede haber crecido con ideas y prácticas muy conservadoras, mientras el otro se crio más liberal. O quizás sientes que tu esposo está reaccionando en contra de su crianza conservadora, especialmente alguien que enfocaba más en aparentar estar bien que realmente serlo, y ahora parece no tener convicciones donde tú crees que la Biblia traza líneas muy claras.

Hay un tiempo de hablar de los valores y las decisiones con tu esposo. A no ser que tu esposo planee sus metas de antemano, muchas veces se tiene que tomar una decisión cuando se presenta una situación o cuando uno de los niños pide algo. Como esposa, nuestro papel nos permite expresar nuestra opinión. Tenemos una posición única donde podemos complementar las decisiones de nuestro esposo, en lugar de desafiarlo y hacerlo sentirse incompetente.

Mi esposo y yo no nos sentamos juntos a escribir en papel nuestras metas o sueños a largo plazo. Pero a través de los años hemos trabajado juntos para

establecer metas de que nuestros hijos crezcan con corazones que firmemente siguen a Dios y que no son influenciados por las modas de la cultura. En ocasiones hemos argumentado, pero todavía trabajamos juntos hacia una meta común. Cada vez que se presenta un incidente, buscamos tomar una decisión que nos lleva a esa meta.

Mi esposo desea mi aporte cuando debemos tomar una decisión, pero ambos sabemos que él será el que finalmente tome la decisión. Él puede seguir la sugerencia que le di o quizás no. Los buenos matrimonios varían en la práctica de los papeles, pero no en seguir los principios de Dios. Los matrimonios donde la esposa insiste en que deben hablar las cosas hasta llegar a un acuerdo mutuo no parecen prosperar. En un tiempo también creí que el ideal debía ser un acuerdo mutuo en todo, pero no trajo los resultados que buscaba. Cuando yo insistía en que lo que necesitábamos para un matrimonio feliz era un acuerdo perfecto entre nosotros, seguíamos hablando y dialogando y argumentando porque lo que realmente deseaba era que mi esposo se pusiera de acuerdo con mis opiniones e ideas. Yo razonaba: "Mi manera es la mejor opción aquí. ¿Por qué él no lo puede intentar?".

Cuando no estoy de acuerdo con mi esposo en algún asunto, puedo llorar. Puedo criticar. Puedo forzarlo hasta que él decida hacerlo a mi manera. Pero eso no es lo que nos une como pareja, pues, aunque yo pueda fingir estar feliz por nuestra "sumisión mutua", mi esposo sentirá que ha fracasado.

Dios no me juzgará por las decisiones que tome mi esposo, sin importar si su impacto sobre nuestra familia es negativo o positivo. Él me juzgará por *mi respuesta*. ¿Guardaré enojo o malos sentimientos? ¿Iré en contra de sus decisiones y haré lo que me plazca cuando él no esté en casa?

Escoger seguir a tu esposo y apoyar sus decisiones a veces es muy, muy difícil. Pero si no te rindes a tu esposo donde él tome el liderazgo, cada encuentro dejará fragmentos de amargura en tu corazón, hasta que un día, la montaña de amargura caiga sobre ti.

Permanece en tu lugar. Ora por tu propio corazón y por tu esposo. Haz oraciones que agradan a Dios, no oraciones que tratan de alinear a tu esposo con lo que tú deseas. Ora que él pueda amar lo que Dios ama y aborrecer lo que Dios aborrece. Ora por él recitando versículos de la Biblia, que pueda andar por el camino de justicia, que te pueda amar como Cristo ama a la

iglesia. Pero asegúrate de poner de tu parte en volverte fácil de amar.

Los caminos de Dios no siempre tienen sentido para la mente humana.[19] ¿Cómo es posible salvar tu vida al perderla[20] y cómo puedes ganar a tu esposo sin recordatorios continuos? ¿Cómo puede la sumisión de una esposa traerle gozo y felicidad? Aunque los mandatos de Dios pueden parecer necios a la mente carnal, hallarás que tu vida se llenará de maravillosas bendiciones cuando te alineas con lo que Dios te ha mandado como esposa, aun si tu situación no cambia o tu esposo toma decisiones que no te parecen las mejores.

Como al Señor

Durante mucho tiempo creí que someterme a mi esposo y ponerlo de primero significaba que mis necesidades no eran importantes. Cuando hallaba difícil poner las necesidades de mi esposo antes que las mías, trataba de bajarme para poder levantar a mi esposo.

¡Qué necedad! Eso nunca trajo los resultados que deseaba. De hecho, parecía causar más problemas entre nosotros. Cuando me bajaba, mi esposo comprendía lo que hacía. Él podía ver que yo deseaba controlar el resultado y forzarlo a hacer algo diferente a lo que él quería. Me sentía atrapada, tratando de descubrir cómo honrar a mi esposo sin bajarme.

Cuando empecé a reflexionar honradamente sobre nuestros momentos de conflicto, comprendí que yo no siempre era la que tenía la razón. Pensaba que mi esposo no era bondadoso conmigo, pero yo tampoco lo trataba de la manera que deseaba que él me tratara. Y realmente, no era la única que cedía en nuestra relación. Comencé a comprender lo mucho que mi esposo también tenía que sacrificar para convivir conmigo y mis actitudes cuando no lo honraba ni voluntariamente le daba la reverencia que merecía su posición.

Quizás me sentía descuidada y no amada, pero las maneras en que buscaba lograr ese amor eran incorrectas. Por tanto, vez tras vez, rendía mi corazón a Dios y le entregaba mi deseo de cambiar algunas cosas en la vida de mi esposo. Él me daba paz y fortaleza para ser bondadosa y seguir rindiendo mis deseos.

Al reflexionar, recuerdo lo difícil que era al principio aceptar cuando mi esposo me negaba ciertas cosas que deseaba hacer o lugares que visitar. Pero

---

19. 1 Corintios 1:27

20. Lucas 9:24

Dios obraba cosas bellas en mi corazón cuando me rendía. A veces él tenía algo mejor para mí; otras veces, parecía que nada más deseaba que disfrutara la paz que resultaba de haber rendido mi voluntad. En cada momento, me fortalecía para los momentos difíciles o grandes cambios más adelante.

Fue al escuchar un mensaje para las esposas que descubrí el eslabón que sentía que me faltaba. Una frase en Efesios 5:22 se explicó en una manera que nunca me había sido tan clara. Las casadas estén sujetas a sus propios maridos, **como al Señor.**

Como al Señor. ¿Qué tal si el Señor estuviera sentado en la silla de mi esposo en las noches, pidiéndome favores y hablándome? ¿No respondería con deleite y gozo de poder servirle? ¡Fui inspirada por el desafío de servir a mi esposo de tal manera!

Marca toda la diferencia; en realidad sí. Pero si tratas de someterte con un corazón egoísta, buscando lograr que las cosas se hagan a tu manera, olvídalo. Nunca estarás satisfecha, sin importar lo que tu esposo haga o los cambios que Dios pueda realizar en su corazón.

Ahora, cuando soy tentada a pensar que mi esposo no es merecedor, pienso en lo que haría si él fuera Jesús. Entonces le sirvo de esa manera. ¡Qué paz y gozo fluyen en mi corazón!

Dios suple todas mis necesidades[21] cuando sigo su diseño para mí como esposa y hay belleza en un corazón rendido. Aun si piensas que tu esposo requiere cosas injustas de ti sin exigir lo mismo de sí mismo, piensa en lo que sería tu respuesta si él fuera Jesús. Entonces permite que ese amor fluya de tu corazón.

Un esposo bien puede saber que no es digno de las respuestas respetuosas y bondadosas de su esposa a su conducta malhumorada. Es posible que incluso se comporte con más terquedad porque lo sabe. Si un esposo desobediente vuelve a Dios, su esposa fiel tendrá un corazón que rebosa de agradecimiento a Dios, sin sentir culpa, pues ella permitió que el amor de Dios fluyera a través de ella.

Cierto, tus necesidades son importantes, pero ¿qué tal si tu esposo hace caso omiso de ti y luego llega enojado, demandando respeto o comida caliente o sexo? Tú también te enojarías. Pero si él llega de manera amorosa y es

[21] Filipenses 4:19

bondadoso contigo, también es más probable que tú te dispongas, queriendo responder de la misma manera. No permitas que las mentiras del mundo te influyan, llevándote a negarle a tu esposo tu amor y servicio respetuoso hasta que lo merezca. Si lo haces, cosecharás exactamente lo que siembras, cuñas entre ustedes como pareja, amargura, hijos inseguros y discordia.

¿No quisieras acompañarme en el camino de Dios? Él se deleita cuando ve esposas que gozosamente aman y sirven a su esposo. Imagínate cómo sería este mundo y lo que Dios podría lograr si estuviera lleno de esposas cuyo corazón rebosa de agradecimiento y paz, no solamente porque sus esposos las aman como lo desean, sino por el matrimonio glorioso que ellas activamente ayudan a edificar, un pensamiento y hecho a la vez.



Si estás en un matrimonio en que hay un divorcio emocional, ninguna comunicación, ningún gozo o placer y nada que anticipar, siento la máxima compasión por ti. Dios siente lo mismo. Sugiero que antes de todo, te arrodilles ante Dios y le pidas que examine tu corazón y luego confieses cada pensamiento y hecho de amargura que él te revele. Ora que Dios renueve un espíritu recto dentro de ti. Entonces ayuna y ora por tu esposo y tu matrimonio, y sírvele "como al Señor".

Es posible que tu esposo nunca cambie, pero sabe que Dios mira tu amor y obediencia fiel. Él siempre está contigo, nunca estás sola.

Cuando tu amor es traicionado



El matrimonio es un cuadro terrenal y tangible de Jesús y la iglesia. Tanto tú como tu esposo tienen mandamientos directos de Dios sobre sus respectivos papeles en el matrimonio. Nuestro esposo es tentado a pecar porque es humano, no porque nosotras no somos suficiente buenas. De la misma manera, nosotras las mujeres somos tentadas a chismear y guardar rencores y amargura porque somos humanas, no porque nuestro esposo no es perfecto.

En este libro yo les escribo directamente a las esposas, no a los esposos. ¿Qué le dice la Biblia a la esposa cuyo esposo es infiel?

Mientras escribía este capítulo, hablé con mujeres que están o estuvieron en esa situación. Algunas han visto restaurado su matrimonio después de la infidelidad; otras observan milagros en el proceso de restauración y otras, a pesar de que viven en obediencia a Dios, no ven que su esposo sea redimido. Y luego hay otras que no han experimentado la infidelidad del esposo en asuntos morales, sin embargo, sufren injusticia de su esposo muy humano. Al vivir fieles a Dios y a su Palabra, estas esposas han visto a Dios obrar en su vida en relación con sus esposos y matrimonios.

Cada una de nuestras historias es única, aun si comparten algunas similitudes. Sin embargo, desde los matrimonios que estaban en situaciones más críticas que el mío, hasta aquellos en donde el esposo nada más no fue cortés o bondadoso, surgió un denominador común. La esposa puede ser poderosamente influyente en acercar el corazón de su esposo a Dios.

Las mismas Escrituras nos animaron a cada una de nosotras y nos ayudan

a llegar a ser esposas para la gloria de Dios y a traer la luz y belleza de Dios a nuestro matrimonio.

¿Expectativas fallidas o fracaso moral?

¿Cuánto tiempo pasó hasta que descubriste que la vida matrimonial era distinta de lo que esperabas, hasta que tu esposo resultó ser menos perfecto de lo que pensabas? Antes del matrimonio podemos tener muchos sueños maravillosos y expectativas altas para nuestro esposo y nuestro matrimonio. Pero luego enfrentamos cara a cara el hecho de que el hombre con quien nos casamos tiene faltas.

Cuando enfrentamos desilusiones, heridas y contrariedades que causa nuestro esposo, es imperativo preguntarnos si la aflicción dolorosa que sentimos en realidad la causa el pecado. ¿O es únicamente que nuestro esposo se pasa de los límites que nos parecen inaceptables cultural o personalmente? Tan fácilmente podemos armar un caso que no llegaría a ser un caso o que permanecería pequeño si nos refrenáramos de luchar contra nuestro esposo, criticarlo y negarle el honor que Dios dice que debemos darle.

No importa cuán bueno sea tu matrimonio; llegará el momento en que el hombre con quien te casaste te herirá. Eso es inevitable. Las pequeñas molestias suceden; tus fuertes preferencias se sentirán amenazadas, y las cargas de tu esposo parecerán extrañas al lado de las cargas tuyas. Y si él está viviendo en pecado, el futuro, que una vez parecía tan prometedor, ahora puede parecer inseguro.

Quizás entraste a tu matrimonio en buena fe, solamente para descubrir que tu esposo no te había contado todo sobre sus actividades pasadas, cosas que parecían romper el amor que sentías por él y la confianza que solamente se comenzaba a edificar. O quizá con el paso del tiempo, tu esposo comenzó a tomar pequeñas decisiones que te han llevado a dejar de confiar en él.

Cual sea el caso, nuestra tendencia humana es contraatacar a los que nos hieren. Podemos presionar a nuestro esposo a comportarse, reconocer sus faltas o a ver las cosas desde nuestro punto de vista.

Primeramente, debes entender esta verdad: tú no eres la salvación de tu esposo. No eres su consciencia, ni tampoco eres el Espíritu Santo. Tu esposo es responsable por sus propias decisiones y acciones. Él conoce en lo profundo

de su corazón lo bueno y lo malo, y el mero hecho de su enojo, causado por la culpa, comprueba esa verdad.

Si tu esposo está viviendo en lo que Dios considera pecado, él no te abandona allí, herida y sin esperanza. Él desea que seas una herramienta en su mano, haciendo su voluntad. Creo que debes de hablarle a tu esposo de su pecado, pero pasa tiempo en oración por el asunto primero.

Comienza orando por tu propio corazón. Pídele a Dios que revele cualquier dureza que pueda haber allí, cualquier lugar pedregoso de venganza, enojo o amargura, y que lo reemplace con actitudes que le traen gloria a él (Ezequiel 36:26). No lo hagas por tu propio dolor, sino por un sincero deseo de que tu esposo llegue a ser como Cristo; puedes hablarle la verdad en amor (Efesios 4:15). Pídele a Dios que te muestre el tiempo indicado para hablar con tu esposo. Él lo proveerá. Pídele sabiduría a Dios. Pídele que te dé las palabras correctas que lleguen al corazón de tu esposo y que no las sienta como crítica.

Si sientes el deseo de hablarle repetidas veces a tu esposo de su pecado, llévalo a Dios. Pídele que te provea el tiempo indicado para levantar el tema si él quiere que lo vuelvas a mencionar. Si él te presenta la oportunidad, usa palabras sabias. Si después de haber orado, la oportunidad no se presenta prontamente para mencionarlo de forma bondadosa, acéptalo también como la voluntad de Dios para ti. Quizás en tu situación tengas la opción de llevarlo al ministerio. Ellos tienen la responsabilidad de velar por las almas de su rebaño y pueden ayudarle a tu esposo a tratar con el pecado que lo tiene vencido.

Cuando te desilusionas al ver que tu matrimonio es impedido por las faltas no redimidas de tu esposo o por su fracaso moral, no puedes quedarte en un estado de apatía. No debes contentarte con ceder únicamente el 50 por ciento.

Un matrimonio sano que trae gloria a Dios no es solamente aquel donde cada uno cede el 50 por ciento, sino uno en que cada cónyuge da el 100 por ciento. Aun si parece que tu esposo solamente cede un 35 por ciento, tú debes mantener tu medidor en el 100 por ciento. Tampoco es justo que tú juzgues cuánto invierte tu esposo en tu matrimonio. Eso te permite justificar cualquier error que cometes. Y realmente, no puedes ver el corazón de tu esposo.

Dios no mandó que las esposas sean las medidoras del amor matrimonial. Si llegamos a ser medidoras, el equilibrio normalmente se inclinará a nuestro favor, y nuestro esposo quedará corto.

Podemos enfocar en lo externo y juzgar su amor solo en base de lo que él no hace por nosotras. "Raras veces me saca a una cita. Hace mucho que no me trae flores. No toma su turno en levantarse en las noches con el bebé, aunque sabe que estoy agotada". Cuando medimos a nuestro esposo con tales expectativas egoístas, sean pronunciadas o no, nos hemos colocado junto con nuestros deseos sobre el trono de nuestro corazón. Flores, citas y masajes en los pies es bonito, pero tales muestras o la falta de estas, nunca son la única determinación del nivel del amor de nuestro esposo, ni tampoco deben determinar cómo le respondemos.

"Criados, estad sujetos con todo respeto a vuestros amos; no solamente a los buenos y afables, sino también a los difíciles de soportar" (1 Pedro 2:18). Aunque este versículo aborda a empleados y empleadores, 1 Pedro 3 comienza con "Asimismo vosotras, mujeres" y cuando llega el final del capítulo 2, hay claves para las esposas sobre como relacionarse con su esposo. ¿Es tu esposo a veces difícil de soportar? Quizás, en algunas circunstancias sientes que él no se preocupa por ti ni por cómo te hace sentir.

Quizás piensas que tu esposo no merece tu respeto y admiración. Sin embargo, Dios nos manda a respetarlo. Nosotras experimentamos nuestras circunstancias personales con una visión limitada, pero Dios mira el cuadro completo: el pasado, el presente y la eternidad futura. Esto es lo que él dice respecto de sufrir los males que se nos hacen:

> Porque esto merece aprobación, si [una esposa] a causa de la conciencia delante de Dios, sufre molestias padeciendo injustamente. Pues ¿qué gloria es, si pecando sois abofeteados, y lo soportáis? Mas si haciendo lo bueno sufrís, y lo soportáis, esto ciertamente es aprobado delante de Dios. Pues para esto fuisteis llamados; porque también Cristo padeció por nosotros, dejándonos ejemplo, para que sigáis sus pisadas; el cual no hizo pecado, ni se halló engaño en su boca; quien cuando le maldecían, no respondía con maldición; cuando padecía, no amenazaba, sino encomendaba la causa al que juzga justamente (1 Pedro 2:19-23).

La traición duele

Cualquier tipo de traición o desilusión duele. Aunque conozcas mujeres en situaciones peores que la tuya, eso de ninguna manera disminuye tu

propio dolor. El dolor de cada persona es profundo, especialmente si es privado, dolor y traición que nadie conoce. Aunque tu esposo puede ser la fuente de esos dolores, él posiblemente es inconsciente de la profundidad del dolor.

En un matrimonio, solamente el paso del tiempo no sana las heridas. Únicamente Dios puede sanar nuestras heridas si nosotros permitimos que él nos consuele. Vuélvete a Jesús y, al pasar tiempo en su presencia, él vendará tu corazón roto y ensangrentado.

En situaciones donde tu esposo está viviendo en pecado, a veces quizás sientas ira impetuosa. Así como Dios siente ira contra el pecado y la injusticia que resulta, nosotros también sentimos enojo. Dios se enoja cuando un esposo toma decisiones pecaminosas y, sin embargo, espera que su esposa lleve la carga pesada y fielmente haga de su parte. Le puedes contar a Dios de tu enojo, de tu lucha, de lo injusto que se siente y de cómo a veces deseas contraatacar. Él no te reprende por esos sentimientos de enojo, pero en tu enojo, no peques.

La realidad de la traición te causará profunda tristeza y dolor, pero Jesús entiende y ofrece acompañarnos al atravesar el dolor. La respuesta no es el divorcio ni solo una existencia juntos. El trabajo necesario para restaurar un matrimonio es doloroso, pero te hace desarrollar carácter en tu vida. Pídele a Dios que te ayude a superar estas dificultades. A veces él pone un peso en el corazón de alguien de orar por ti y decírtelo. Otras veces envía a un amigo sabio que nos escucha y anima, enseñándote cómo andar en el camino de Jesús.

El camino del sufrimiento y la dificultad se siente solo y difícil aun cuando otros conocen tu situación y te animan. La fidelidad nace en aquellos lugares profundos y ocultos que nadie ve aparte de Dios. Nadie más puede tomar las decisiones y vivir con los resultados.

Nuestras circunstancias no son una sorpresa para Dios. Los tiempos difíciles pueden ser un lugar en que nos preguntamos: "¿Qué traería gloria a Dios en esta situación, aunque sea tan difícil?". Debemos creer por fe que pasar por estos tiempos difíciles nos santificarán y harán que nuestra vida se parezca más a Jesús. Dios promete protegernos y suplirnos de la fortaleza que necesitamos para amar y honrar a nuestro esposo. Él promete nunca

abandonarnos. Él siempre está con nosotros. Busca versículos que tengan que ver con este tema y memorízalos, para que cuando estés sola o con dolor, puedas recordar estas verdades.

> Ahora, así dice Jehová, Creador tuyo… y Formador tuyo… No temas, porque yo te redimí; te puse nombre, mío eres tú. Cuando pases por las aguas, yo estaré contigo; y si por los ríos, no te anegarán. Cuando pases por el fuego, no te quemarás, ni la llama arderá en ti. Porque yo Jehová, Dios tuyo, el Santo de Israel, soy tu Salvador (Isaías 43:1-3).

El poder y misterio del amor incondicional

Cuando nos sentimos rechazadas y victimizadas por la infidelidad de nuestro esposo, es importante entender, a nivel del corazón, el amor incondicional de Dios hacia nosotras. Si estudiamos la Palabra de Dios y reclamamos sus promesas para nosotras sus hijas, aprenderemos un concepto correcto del amor de Dios para nosotras. Entonces, aun si las circunstancias de nuestro matrimonio parecen imposibles, podemos permitir que nuestro corazón sea un canal de amor y ternura incondicional a nuestro esposo.

¿Significa el amor incondicional que eres definida por los insultos y comentarios degradantes de tu esposo? ¿Debes creer que eres digna de su enojo? De ninguna manera. Debes ser definida por lo que Dios dice de ti en su Palabra. Al permitir que Dios lave nuestras heridas y comience a sanarlas, experimentamos su amor incondicional por nosotras. Entonces él nos da la fortaleza de volver la otra mejilla aun en medio del dolor, poder para "bendecir y no maldecir". [22] Aunque parece muy difícil, tomemos la decisión de amar más allá de lo que sentimos.

Abrir tu corazón a la Palabra de Dios te ayudará a renunciar a la mentalidad de víctima y más bien andar en tu camino como esposa cuya identidad y fortaleza están arraigadas en Jesús. Fortalecida por el poder de Dios, podrás tratar a tu esposo bondadosa y tiernamente e influirlo en la dirección del amor de Dios.

No te entregues a las represalias. Cada vez que tomamos represalias, tratamos de hacer que nuestro esposo pague por sus pecados y faltas. Las represalias son una manera de decirle a Dios que él no ha hecho suficiente por tu esposo

[22] Romanos 12:14

al enviar a Jesús a morir por él, y por lo tanto, tomas en tus propias manos la responsabilidad de castigarlo. Cuando la esposa responde al pecado en la vida de su esposo con condenación, crítica y auto justicia, el esposo puede sentirse justificado en su propio fracaso. Ella tiene faltas al igual que yo. Ella tampoco está obedeciendo a Dios, y trata de decirme lo que debo hacer.

Cuando enfocamos las faltas de nuestro esposo y rehusamos honrarlo como Dios manda que haga la esposa, aun cuando sus acciones no son dignas, despreciamos a Dios y hacemos que otros lo blasfemen. Tus hijos no están cegados a la manera en que tratas a tu esposo. Aunque ellos no conocen todos sus pecados, observan perfectamente bien que él tiene faltas. Pero cuando observan que tú ofreces gracia en lugar de represalias, tienen un ejemplo a seguir.

El amor incondicional no es como una transacción donde se nos garantiza que el valor de lo que recibimos será del mismo valor que lo que invertimos. Jesús dijo: "Que os améis unos a otros, como yo os he amado". [23] Él entonces procedió a dar su vida por nosotros. No retuvo nada, aunque él sabía que a veces cada uno de nosotros sería malagradecido y no apreciaríamos su gran sufrimiento por nosotros.

Hay un gran poder cuando una esposa es bondadosa, cuando responde con mansedumbre y no guarda rencor. Aun el esposo incrédulo siente este poder misterioso cuando su esposa escoge tratarlo con honor, cuando no se tiene que preocupar que ella vaya a estallar por algo y cuando él regresa a un hogar cálido y acogedor sin temor de ser acusado por sus fracasos.

Cuando hemos orado y ayunado y derramado esas lágrimas que nacen de un corazón quebrantado y luego vemos cambios, comenzará a traer esperanza. Pero se libra una batalla para el alma de tu esposo y muchas veces te sentirás tirada y maltratada y cansada al seguir orando y clamándole a Dios.

Las acciones de una persona rebelde se han comparado con el péndulo de un reloj. Tu bondad y amor incondicional lo atraerá a ti. Pero la luz de Jesús que alumbra en tu vida dejará al descubierto las fortalezas que Satanás todavía tiene en su vida y es posible que vuelva a alejarse, creando distancia entre ustedes, haciendo y diciendo cosas que partirán tu corazón como un puñal.

Entonces una vez más la luz de Jesús en tu vida lo atraerá al compararse

[23] Juan 15:12

con la oscuridad del mundo, y él se acercará a ti una vez más. Muchas veces sentirás como si Satanás ha descendido sobre ti como una tempestad.

¿Estás dispuesta a ser derramada como una ofrenda,[24] como un sacrificio[25] para no impedir la salvación de tu esposo? Cuando él pronuncia esas palabras enojadas y cortantes, ¿le ofrecerás en cambio palabras bondadosas y de gracia, recordando que Jesús dio su vida por ti? Cuando su infidelidad abre heridas en tu corazón, más profundas de lo que él puede comprender, ¿mantendrás abierto y suave tu corazón, permitiendo que la sangre de Jesús lave esas heridas y le aplique un bálsamo sanador? Cuando enfrentas acusaciones que sabes que no son ciertas, ¿estarás dispuesta a mirar más allá de las palabras y ver el corazón necesitado de tu esposo? Cuando te olvidas, y esas palabras enojadas y cortantes caen de tus labios, ¿te arrepentirás y humildemente le confesarás tu error a tu esposo, aun si él nunca se disculpa por sus propios errores?

Aun si no dices una sola palabra, permite que lo que Dios dice acerca de ti llene tu corazón de paz y amor. Entonces, en tu rostro se mostrará tu aceptación de la voluntad de Dios y su paz en lugar de amargura y rechazo contra tu esposo.

Quisiera poder hacerte esta siguiente pregunta personalmente, pronunciarla con voz suave y baja, porque es una que toca lo más profundo de tu corazón. Cuando tu amor ha sido traicionado, cuando tu esposo ha sido infiel y luego quiere hacer el amor contigo, ¿qué vas a hacer?

He leído toda la Biblia y no he encontrado nada que permita que la mujer le dé al esposo un ultimátum así: "Si no me vas a ser completamente fiel, física y emocionalmente, tienes que alejarte. O al menos no puedes tener relaciones sexuales conmigo".

Pero no es que la Palabra de Dios no hable de este tema. 1 Corintios 7:4-5 dice que los esposos no deben privarse de relaciones íntimas a no ser que hayan acordado de antemano tener un tiempo de abstinencia para orar y ayunar. Si tu esposo es infiel o si es colérico, probablemente no escogerá abstenerse de esas cosas para oración y ayuno. Por tanto, creo que es la voluntad de Dios tener sexo con el esposo si lo pide. Esto se puede sentir

[24] 2 Timoteo 4:6

[25] Filipenses 2:17

muy injusto, pero cuando tales pensamientos corren por tu mente, escoge "edificar un altar" y haz que este acto íntimo del matrimonio sea un sacrificio de alabanza a Dios.

Jesús murió por ti. Puedes renunciar a tu propia agenda y a tu deseo de venganza, y más bien orar que Dios bendiga esta unión entre ti y tu esposo. Recuerda que tu esposo tiene derecho de satisfacer legítimamente sus necesidades sexuales únicamente contigo, su esposa. Busca agradarlo, y ora. Ora por la unción de Dios sobre ambos.

Reconozco que habrá situaciones en donde la esposa, por razones de conciencia o seguridad, puede ser dirigida a ir en contra de los deseos de su esposo en esta área. Hebreos 13:4 enseña que el lecho matrimonial debe ser sin mancilla. No hay lugar para la pornografía u otra persona en el dormitorio contigo y tu esposo. Al buscar la voluntad de Dios y estudiar las Escrituras en lo que se refiere a la intimidad, no todos llegarán a la misma conclusión que yo. Medita sobre las enseñanzas de la Biblia. Se requiere mucha oración al pedir la dirección de Dios. Dios puede usar a los líderes de tu iglesia o amigos cristianos maduros que te apoyen y te guíen. Si realmente estás entregada, Dios honrará tu deseo de honrarlo a él y de honrar a tu esposo.

Esperanza y oración

Después de que la confianza se ha roto, ¿hay esperanza? Sería necedad confiar cuando es evidente que tu esposo rompe esa confianza intencionalmente, una y otra vez. Después de que se ha traicionado la confianza, debemos tener cuidado de no llegar a ser cínicas y rehusar reedificar la confianza, aun en las áreas más pequeñas. Cuando estamos sufriendo, es difícil perdonar y nos da miedo generar confianza porque tememos que nos vuelvan a herir.

Al escribir este capítulo, mi deseo es traerles esperanza. Jesús dijo que él vino para traer vida abundante.[26] Es posible experimentar vida abundante en situaciones que traen dolor y sufrimiento, pero es únicamente por medio de Dios.

Incluso sin traición, edificar un matrimonio exige trabajo muy arduo. Pero si se ha roto la confianza, será mucho más difícil. Esforzarse por reedificar y perdonar irá en contra de todo lo que sientes. Esto incluye

[26] Juan 10:10

a diario escoger que pongas tu vida por la de otro, buscar maneras para amar, refrenar el comentario cortante y rehusar alejarse en medio de tu dolor. Es decidir perdonar aun si tu esposo actúa como si la traición no es nada, cuando no quiere buscar consejería o cree que eres tonta por sentirte herida.

Incluso si nuestro esposo es infiel, debemos siempre vivir con la esperanza de restauración. La restauración de un matrimonio es posible cuando miramos más allá del inmenso dolor de la traición, cuando permitimos que Dios examine nuestro corazón primero y comenzamos a limpiar la amargura y basura. Entonces somos libres para llenar nuestro corazón con oración y modelar nuestra vida según el ejemplo de Jesús.

No hay nada de malo con desear un esposo fiel, pues esa es la clase de matrimonio que Dios creó. Pero si permites que el amor incondicional de Dios obre en tu vida y fluya a través de ti, entonces tu preocupación por su alma será mayor que tu deseo de un esposo fiel.

Lo que está en juego no son tus derechos, lo que quieres o lo que crees que necesitas. Lo que realmente está en juego es la necesidad desesperada de tu esposo de permitir que la sangre de Jesús lave su corazón. Tu esposo, ¿ha pecado, ha hecho mal o se ha rebelado? A los ojos de Dios, eres una sola carne con tu esposo. Al igual que Daniel, un hombre quien buscó a Dios de todo corazón, se contó como uno con su pueblo errante y confesó a Dios que "hemos pecado… hemos hecho impíamente, y hemos sido rebeldes".[27] Tú, mujer querida, puedes escuchar la Palabra de Dios y orar y lamentar por tu esposo y su pecado.

¿Hay esperanza para tu matrimonio y tu familia? Sí. 1 Corintios 7:13-15 enseña que la esposa cristiana no se separe de su esposo incrédulo si este desea vivir con ella. En el versículo 14, hay un milagro que no podemos entender completamente con nuestra mente humana. "Porque el marido incrédulo es santificado en la mujer… pues de otra manera vuestros hijos serían inmundos, mientras que ahora son santos". Quizás no entendemos cómo un esposo incrédulo puede ser santificado por una esposa creyente o exactamente cómo nuestros hijos son santos. Pero la promesa está, que, porque eres una esposa creyente, tus hijos no serán inmundos, sino santos.

[27] Daniel 9:5

Tu influencia piadosa al enseñar y educarlos en el camino de la Biblia con la ayuda del Espíritu Santo efectúa cambios en el corazón de tus hijos. Por fe podemos aferrarnos a las promesas de Dios y abrazarlas aun si no sabemos cómo se cumplirán.

Debes aferrarte a la esperanza de que tu esposo puede ser convertido por tu influencia, por tu actitud mansa y humilde, por tu continua paz frente a sus acusaciones, y cuando fallas, tu humilde disculpa. "Porque ¿qué sabes tú, oh mujer, si quizá harás salvo a tu marido?" (1 Corintios 7:16).

"¿Por qué te abates, oh alma mía, y por qué te turbas dentro de mí? Espera en Dios; porque aún he de alabarle, salvación mía y Dios mío" (Salmo 42:11). Pon tu esperanza en Dios. Esperanza no es solamente hacerte ilusiones. Esperanza es saber que, al final, Dios ha ganado la victoria. La esperanza nos asegura que, aunque estamos en un lugar de quebranto, podemos conocer a Aquel que lucha a nuestro favor y podemos seguir adelante en su poder.

La esperanza trae vida a tu situación. Hay poder en escoger tener esperanza y alabar a Dios aun cuando no sientes el deseo de hacerlo. Yo creo que se rompe la atadura del diablo cuando das gracias aun cuando no puedes sentir a Dios en tu situación o parece que él está obrando tan lentamente que no puedes ver que sucede nada. La luz irrumpe en la oscuridad cuando tienes tal fe en Dios que puedes decir como Job: "He aquí, aunque él me matare, en él esperaré" (Job 13:15).

No permitas que tus desilusiones con las circunstancias en tu vida te desilusionen con Dios. Para comenzar, nunca se trataba de ti y tus derechos. No estás en este mundo para buscar tu propia comodidad y satisfacción. No escuches a los opositores que te rodean, aun aquellos que profesan ser cristianos, cuando te dicen que tu esposo nunca será redimido o que tu fe en la redención de Dios es en vano. Esposa preciosa, si no crees que Dios puede obrar a favor de la salvación de tu esposo, ¿quién lo hará? ¿Quién se "pondrá en la brecha"[28] para él? ¿Quién hará esas oraciones encarecidas por la salvación de su alma?

Halla a alguien que se preocupe por la salvación de tu esposo que te anime y sea tu mentor, alguien que esté dispuesto a examinar las Escrituras contigo para hallar las respuestas de Dios a tus preguntas, alguien que no

[28] Ezequiel 22:30

mire a la derecha ni a la izquierda y no te desanime de tu esperanza de la redención de tu esposo, alguien que esté dispuesto a creer en las promesas de Dios y ore contigo.

Y con tus oraciones, ayuna. No puedes salvar el alma de tu esposo, pero sí creo que cuando Dios ve nuestra entrega incondicional, esto mueve su mano en una manera poderosa. Dios no obligará a tu esposo a arrepentirse, pero sí puede seguir trayendo oportunidades de arrepentimiento a su vida. Jesús dijo: Conforme a vuestra fe os sea hecho.[29] Dios obra en respuesta directa a las oraciones de fe. Ora y ayuna, por ti misma, tu esposo, tu matrimonio y tus hijos. Vacíate de tu voluntad y tu agenda, y pídele a Dios que haga su voluntad. Ora que tu esposo ame lo que Dios ama y aborrezca lo que Dios aborrece. Ora por él mencionando pasajes de las Escrituras, siempre creyendo sin dudar que la Palabra de Dios nunca regresa vacía.

Tu esposo no necesita saber que estás ayunando; de hecho, si supiera, quizás solamente cause una respuesta negativa. "Mas tu", dijo Jesús, "cuando ores, entra en tu aposento, y cerrada la puerta, ora a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público" (Mateo 6:6).

Cuando ayunamos, no debemos descuidar la higiene personal y jugar el papel de mártir.[30] Si tu esposo está contigo día y noche y nota que ayunas, entonces, en lugar de hacer un ayuno de alimento, podrías ayunar en otras maneras, como refrenarte de tomar café o de comer dulces durante un tiempo o durante ciertos días de la semana.

Péinate, lávate el rostro, sonríele a tu esposo y ora sin cesar en tu corazón. Busca momentos quietos donde te puedes apartar a tu "aposento". "Y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público" (Mateo 6:18).

Muchas mujeres que tienen un esposo infiel se cansan de hacer el bien y son tentadas a rendirse. No le pongas límite de tiempo a las respuestas de tus oraciones. No te enfoques en tus limitaciones, sino procura traer la luz

29. Mateo 9:29

30. Mateo 6:16-18

de Dios a esta situación donde te encuentras.

Moisés fue enviado al desierto para cuidar las ovejas de su suegro. Muchas veces subió la montaña y Dios no se hizo presente de manera visible. Y, sin embargo, después de cuarenta años de cuidar fielmente las ovejas, ¡Dios se presentó!

Dios a veces permite que subas tu montaña vez tras vez tras vez antes de presentarse. Sigue subiendo y orando, y no te rindas. Abraza las promesas de Dios y cree en él. Sigue amontonando esas ascuas de fuego y vence el mal con el bien. [31] Él se presentará.

Cree que Dios no quiere que nadie perezca. [32] Cree con todo tu corazón que eso incluye a tu esposo. Aun si no tienes idea de cómo va a suceder, debes creer que Dios puede efectuar la salvación de tu esposo.

Tu situación ciertamente no es demasiado para Dios, quien creó el mundo, salvó a Noé y a su familia de un diluvio mundial, abrió el mar Rojo, levantó a personas de entre los muertos y salvó a Daniel de los leones. No permitas una sola semilla de duda en tu mente. Arráncala apenas caiga, pues en una situación dolorosa, ¡cuán rápidamente ese pensamiento brota y madura!

No podemos vivir de esta manera en nuestra propia fuerza, pero con nuestro corazón abierto al poder maravilloso de Dios, podremos sembrar semillas que Dios puede madurar para que produzcan una cosecha abundante. En mi experiencia, nuestro matrimonio solamente se profundizaba conforme yo perseveraba a través de los tiempos difíciles de permitir que Dios obrara a su manera en la vida de mi esposo, sin mi interferencia.

"Irá andando y llorando el que lleva la preciosa semilla; mas volverá a venir con regocijo, trayendo sus gavillas" (Salmo 126:6).

El testimonio de una esposa

"Asimismo vosotras, mujeres, estad sujetas a vuestros maridos; para que también los que no creen a la palabra, sean ganados sin palabra por la conducta de sus esposas" (1 Pedro 3:1).

Los párrafos y la poesía siguientes fueron escritos por una esposa que observa cómo atrae al esposo el vivir la verdad de 1 Pedro 3:1.

---

[31] Romanos 12:21

[32] 2 Pedro 3:9

Seguir el camino del Señor siempre funciona y buscar la manera de dar tu vida es la manera de hacerlo, perder tu vida y recordar que algún día en el futuro la recobrarás, sea en esta vida o en la futura.

He decidido considerar a mi esposo como "enemigo"[33] ya que actualmente no vive conmigo ni es mi esposo como debe. Muchas veces he decidido devolver bien por mal, aun si significaba dar mi última moneda. El Señor ha pagado la cuenta vez tras vez tras vez, y ha hecho cosas milagrosas justo frente a nuestros ojos.

Por medio de esta gran tristeza y dificultad, he llegado a conocer a Dios. He hallado al que ama mi alma. Él es muy real para mí y lo *amo*. Después de todos estos años en que he sido fiel, donde he dado la otra mejilla y hablado palabras de gracia, observamos tantos milagros. ¡Estoy tan agradecida con Dios!

[33] Mateo 5:44

Estad quietas y conoced

Dios me dijo: Estad quietas y conoced,
La salvación está preparada para ti.
No tomes un paso hasta mirar
El camino que he hecho para ti.
Este camino es hecho a tu medida
Y tanto mejor estarás, si tan solo
Estás quieta y esperas, rendida.

Le dije: No alcanzo a ver el camino,
Pues mi vista es oscura,
Lo que veo adelante me desanima.
No puedo cantar un solo himno
Parada sobre el precipicio.
Me sostengo temblando
"No veo esperanza", le dije.

Él me dijo: No puedes ver el camino,
Y es verdad,
Pues si miraras lo que hago
Tu fuerza se disiparía cual vapor.
Un solo paso te descubro
Espera, el paso se abre,
Y luego con ánimo, ¡avanza!

Yo sé cuál camino te toca,
Mantente quieta y apóyate segura;
Yo te doy descanso perfecto.
No tienes que ver la cima;
¡Ni luchar con mayor ánimo!
Espera y confía, te daré lo mejor,
Y al final, ¡bendita serás![34]



[34] Autora desea permanecer anónima. Usado con permiso

Intimidad en el matrimonio



¿Cuál es tu primera reacción cuando piensas en tu esposo y las relaciones sexuales? ¿Te encoges y deseas que el sexo no fuera parte del matrimonio o late más rápido tu corazón al pensar con deleite en cómo te sientes desnuda en los brazos de tu esposo?

Muchas novias proponen en su corazón ser amantes dispuestas para su futuro esposo. Pero luego se levanta conflicto entre los esposos en el área de intimidad matrimonial. Las expectativas insatisfechas y aun la frecuencia con que el esposo quiere hacer el amor puede ser abrumador. Agrega bebés, falta de dormir e inhibiciones de influencias y experiencias pasadas, y los problemas fácilmente aumentan. El deseo que una vez era una fuente que fluía, lentamente se seca hasta apenas gotear.

Incluso si tu vida sexual es maravillosa, siempre es bueno llevarlo a Dios en oración, porque creo que Dios quiere que tu vida sexual sea mejor y más significativa con el paso de los años. Estoy segura de que una de las razones que él hizo que las relaciones sexuales fueran placenteras es porque es una manera en que los esposos juntos resisten las tormentas de la vida y se acercan con el paso de los años.

Nuestra actitud es importante

Quizás no comprendemos las inhibiciones que tenemos respecto del sexo. Muchas veces nuestras actitudes hacia las relaciones íntimas en el matrimonio nacen de nuestras circunstancias en la niñez. La relación entre nuestros padres cuando crecimos influye cómo nos sentimos en cuanto al sexo. ¿Se mostraban tus padres agradecidos, felices y afectuosos el uno con el

otro o frecuentemente había tensión entre ellos? ¿Habló tu madre contigo acerca de tu menstruación y los cambios en tu cuerpo? Y luego, antes de casarte, ¿te contó de este bello acto creado por Dios para el placer del esposo y su esposa?

Existen extremos a ambos lados de este asunto. Algunos hogares son tan trasparentes en lo que se refiere al sexo que ninguna edad es demasiado joven para hablarlo; en otros hogares, la palabra sexo es una palabra que jamás puedes mencionar con tono de voz normal.

Sin embargo, hay un enfoque equilibrado y bíblico al hablar de la intimidad sexual. Dios diseñó el sexo para el placer en el matrimonio. Si disfrutamos o no de esta parte del matrimonio, depende de la manera que escogemos pensar. ¿Serán nuestros pensamientos canales de amor y deleite, "pozo de aguas vivas", [35] o permitiremos que nuestros pensamientos vaguen por los ásperos y polvorientos canales de la obligación? "¿Lo tengo que hacer? ¿Otra vez? ¿Qué es él? ¿Un animal? Apenas ayer le di gusto."

Nuestra conducta es producto de cómo escogemos pensar. Afortunadamente, nuestra actitud hacia la intimidad matrimonial se puede cambiar y alinear según el diseño de Dios para el sexo, sin importar cuál hayan sido nuestras ideas o circunstancias pasadas.

Los sentimientos van y vienen, pero la única manera que pueden crecer sentimientos buenos y apropiados es si los regamos y nutrimos con la verdad. Puedes decidir amar a tu esposo y entregarte a él con deleite para el placer mutuo; o puedes decidir, por cualquier excusa, mantenerte alejada. Pero si te mantienes alejada de la intimidad física, ambos pierden. No importa qué es lo que te impide, sea vergüenza, influencia de los padres, un falso concepto de que el sexo es malo, lo que sea, tienes el poder de escoger tu actitud.

Mantén tu fuente limpia para que fluya. Nunca permitas que se obstruya al desear que tu esposo fuera como otro. Aunque en ocasiones habrá conflicto entre ustedes dos, propón en tu corazón siempre tratar a tu esposo mejor que cualquier otra persona. Tu esposo no es ciego. Él fácilmente puede ver si disfrutas de hablar con otros, incluyendo otros hombres, más que con él. Son los miles de hilos de bondad que ayudan a tejer la tela de amor en un matrimonio. Las decisiones que tomamos determinan si al final del día nos

[35] Cantar de los cantares 4:15

acostamos como una amante o como un jardín cerrado.

Muchas esposas responden de manera negativa ante la idea de hacer el amor con su esposo una vez al día. "¡Cada noche! ¿Qué me crees, una super mujer?" Sin embargo, estas mismas mujeres pueden estar gastándose al enseñar a sus hijos, limpiar la casa, salir para un café con una amiga o quizás aun sacar el rato para depilarse las cejas un pelo a la vez. ¿Por qué somos tan rápidas para olvidar las recompensas de la intimidad matrimonial? ¿Realmente estamos demasiado ocupadas con el mantenimiento de la casa u otros intereses para participar en una actividad que invierte tanta ganancia en nuestro matrimonio?

Si quieres que tu esposo actúe como hombre, trátalo como hombre. El deseo de un esposo de tener sexo con su esposa es mucho menos complicado que algunas de las cosas que su esposa pide de él. Por ejemplo, quizás una esposa le niega su afecto y su cuerpo a su esposo solamente porque se le olvidó comprar un galón de leche cuando regresaba del trabajo o porque le habló con impaciencia dos minutos antes de que se acostaran. Quizás insiste que una o dos veces a la semana es suficiente, pero él quiere hacer el amor contigo todas las noches o a veces hasta en la mañana.

Tu disposición de despojarte de los agravios y presentarte como una amante sonriente y encantadora resaltará una cierta clase de fuerza en tu esposo. Es asombroso lo que un buen hombre hará por una mujer que lo haga sentir amado y apreciado. Él no pide que siempre estés de acuerdo con él. Sin embargo, si escucha palabras ásperas y enojadas de tu boca y siente tu desinterés, su deseo por ti morirá rápidamente.

Un hombre puede darles la espalda a sus promesas matrimoniales y comenzar una relación con una mujer que es mucho menos atractiva físicamente que su esposa porque lo hizo sentir como un verdadero hombre, alguien que merece aprecio y admiración, y ella se lo dice.

Sí, es pecado que el hombre decida abandonar a su esposa, quebrante sus promesas matrimoniales o deliberadamente mire material sensual. Pero, querida esposa, ¿tienes alguna idea de la influencia que tienes sobre él para ayudarle a ser más fuerte cuando enfrenta tentaciones? ¿Cuánto impacta a un esposo cuando su esposa…

…se niega a darle intimidad para castigarlo por decisiones que ella

no comparte?

…se cree más piadosa y mejor que su esposo y continuamente señala sus faltas?

…comunica silenciosamente o con palabras que él desea el sexo mucho más de lo necesario?

…duerme noche tras noche en la cama de alguno de los hijos o se queda levantada en las noches trabajando hasta después de que él se ha dormido?

…tiene tiempo para ir de compras, para sus hijos, su blog, la casa… pero poco tiempo para intimidad con él?

Es decisión del esposo extraviarse. Pero tú, como esposa ¿te esfuerzas por lograr que tu matrimonio e intimidad sea difícil de abandonar? Ningún hombre es cautivado por una esposa amargada, enojada, controladora y distante. No facilites que él cambie su matrimonio sin sexo por otra relación barata o por gratificación con la pornografía. De la manera en que una mujer torcida puede llevar al hombre a pecar, una esposa virtuosa puede usar la influencia del sexo para animar a su esposo a permanecer fiel.

Comprendamos las necesidades de nuestro esposo

El sexo puede ser un liberador de estrés para los hombres. Procura que el disfrutar la intimidad con él sea una prioridad cuando el estrés de las cuentas y el trabajo, las relaciones en la iglesia y otros lugares o sencillamente el estrés del día golpea a tu esposo. Cuando él es aceptado, apreciado y deseado sexualmente, su amor por ti se profundizará y su corazón será más abierto a ti.

Según las encuestas, los hombres piensan en el sexo con mucha más frecuencia que las mujeres. Los hombres en general tienen un impulso sexual más fuerte que las mujeres. El cuerpo de un hombre saludable promedio continuamente crea semen, que, al no ser liberado, crea tensión sexual.

Tú puedes anhelar que tu esposo lea libros sobre el matrimonio contigo o que vaya contigo a seminarios matrimoniales o consejería. Pero si realmente quieres su atención, trabaja con la manera que Dios lo diseñó. El sexo no resolverá todos los problemas en tu matrimonio, pero puede abrir caminos de comunicación y reconciliación entre ambos.

Haz que se sienta especial, aun en público. ¿Le gusta que lo tomes de la mano cuando andas a su lado? Si ambos no se sienten cómodos con andar

de la mano en público, hay otras maneras de hacer que tu esposo se sienta especial. Párate a su lado y escucha su conversación con otros; tal vez no tienes que decir una sola palabra, pero puedes aprender más acerca de las ideas y opiniones de tu esposo. Dale una sonrisa especial.

Sé casta y reservada en tus conversaciones con otros hombres. Nunca, ni un minuto, permitas que tu esposo se pregunte si él es el primero en tu vida. En un mundo donde la mayoría de las mujeres tratan a otros hombres mejor que a su propio esposo, sé una mujer discreta. La confianza, una vez que se ha roto, aunque sea un poquito, es difícil de repararla y la cicatriz de un recuerdo siempre permanece.

No importa lo que hagas, no permitas que tu intimidad física sea algo de poca importancia. Con el estrés de criar hijos, mecer niños que lloran por las noches y estar cansada física y emocionalmente al final del día, es fácil pensar que tu esposo es un adulto que puede arreglárselas solo. Al fin de cuentas, quizás lo único que deseas es acostarte y estar sola para poder dormir. Pero tu esposo te mira, ve la mujer a quien ama y quiere hacer el amor contigo. Ya que él se siente amado y apreciado cuando hace el amor, supone que tiene el mismo efecto para ti y desea ese gozo para ambos. La unión de los cuerpos y el acercamiento de los corazones es una de las expresiones más ricas del amor entre un esposo y su esposa cuando ambos participan de todo corazón. Algo de la unión durante la intimidad sexual trasciende lo visible y tangible y trae un sentir especial de acercamiento.

¿Recuerdas los días de noviazgo y de estar recién casados, cuando el sonido de su voz, sus muestras de atención y sus caricias hacían que tu corazón latiera de felicidad? Sabe que, debajo de los años, las facturas y las preocupaciones, el joven sonriente todavía está enamorado de ti y necesita a su jovencita sonriente. Cada día debe haber tiempo para solo ustedes dos.

Una buena vida sexual no significa que cada noche deban pasar una hora haciendo el amor antes de dormir. Y no significa que nunca puedas pedirle a tu esposo que espere si realmente estás tan agotada o temporalmente no puedas suplir sus necesidades. Pero sí significa que debes cultivar un deseo de ser una participante dispuesta y encantadora. Dios se preocupa por tu intimidad con tu esposo. Si estás luchando, ora que Dios renueve un espíritu recto dentro de ti; un espíritu que busca el placer tanto de ti misma como

de tu esposo. Cuando el cansancio es abrumante, pídele a Dios que te renueve la fuerza para poder bendecir a tu esposo en esta manera.

Bella por dentro y por fuera

La maternidad es una de las máximas expresiones de ser mujer, pero te puede dejar sintiéndote despojada de feminidad. Pasas tus días limpiándote la ropa de las migajas y vómitos de los bebés, cambiando pañales y limpiándoles la nariz a los niños. Es fácil olvidar que eres más que una madre, maestra y encargada de limpieza. Pero en la cama, en los brazos de tu esposo, puedes recordar que sí, también eres una mujer, encantadora y deseable. Es una cosa sencilla pero maravillosa volver a descubrir tu feminidad a través de las caricias amorosas de tu esposo.

No debes esconder que has engordado un poco, tus estrías o tus pechos que caen un poco más después de cada bebé. Reconoce que darle satisfacción física a tu esposo ayuda a cubrir los defectos que miras en el espejo y los cinco o diez kilos que quieres bajar. Él desea tomarte en sus brazos y otra vez hacer que seas suya. Él mira la mujer a quien ama.

Más allá de los cumplidos de las amigas y desconocidas de tu belleza y tu gusto en estilos de ropa, está el cumplido de que tu esposo desea hacer el amor contigo, contigo, tal como eres. No cuando has bajado el peso que deseas, no solamente si tienes el mismo cuerpo joven que tenías cuando te casaste.

Aun así, es de ayuda cuando mantienes una apariencia ordenada para tu esposo. El esfuerzo que haces por ser atractiva para tu esposo no solo bendice a tu esposo, sino también aumenta tu propio apetito de intimidad. Arréglate el cabello atractivamente antes de que él llegue del trabajo y ponte un vestido limpio si el que llevas está sucio. Aplícate loción o perfume, y recibe a tu marido con un abrazo en la puerta.

¿Hallas difícil hacer la transición de los estreses del día a los placeres de la noche? Intenta una o más de las siguientes sugerencias.

Toma una ducha larga y caliente, y aféitate. Enciende una vela aromática, y si eres amante de la música, pon música suave. Masajéate los pies. Pídele a tu esposo que te haga un masaje en la espalda. Relájate con una taza de café o té caliente. Alista un bocadillo para ambos antes de dormir. Ponte una ropa bonita y seductora, aun si dentro de poco se quitará.

Debes desnudar tu cuerpo y dejar esa lámpara encendida para que tu esposo pueda deleitarse en tus pechos.[36] Enséñales a tus hijos que no se les permite entrar en tu dormitorio si la puerta está cerrada y ten una bata a mano que puedas ponerte si tienes que levantarte con un niño que llora durante la noche.

Haz un inventario de la selección de tu ropa interior. Nunca irías a la iglesia o a otros lugares públicos usando ropa que se asemeje al estado de tus sostenes y bragas estiradas y combinaciones rotas. ¿Por qué no te esfuerzas por mantener atractiva tu ropa interior para tu esposo cuando te mira vestirte y desvestirte?

No es necesario que gastes tanto dinero en ropa interior bonita. Hay lugares donde se pueden conseguir a muy buen precio. Usa tu imaginación y en lugar de comprar un bote de helado u otro juguete para tus hijos, gasta ese dinerito extra en algo bonito que luzcas para tu esposo. No es necesario que tengas un cajón lleno de lencería cara para ser atractiva a tu esposo, pero él apreciará el esfuerzo que hagas por usar cosas lindas que solo él vea.

Tu sonrisa para animar sus insinuaciones, tu disposición y tu alegre participación son las más grandes excitaciones sexuales para tu esposo.

El poder de la intimidad sexual

Ninguna cantidad de recordatorios, ruegos, palabras o consejería puede captar la atención de tu esposo como su deseo sexual por ti. Solo mira la publicidad del mundo. Ningún enfoque parece usarse más frecuente o exitosamente que el atractivo sexual.

No te aconsejo usar el sexo para manipular a tu esposo y lograr que haga lo que tú quieras. Pero muchas fuerzas en el entorno de tu esposo usan el sexo para captar su atención. Satanás constantemente está robando y torciendo el poder que Dios pretendía que tú usaras para bien. En lugar de sentarte pasivamente o al rehusar desnudarte para el deleite de tu esposo, puedes reclamar este poder de influencia que Dios te ha dado como esposa.

Dios diseñó al hombre con un fuerte apetito sexual. Cuando se aprovecha e intensifica dentro del matrimonio, Dios diseñó la intimidad sexual como una herramienta increíble para unir a un hombre con su esposa. Creo que es

[36] Proverbios 5:19

muy correcto reclamar el apetito sexual de tu esposo como una oportunidad de servirle y como una fuente de influencia en tu matrimonio.

La intimidad sexual distingue la relación con tu esposo de todas las otras relaciones en su vida. Únicamente contigo, su esposa, es puro y correcto que él disfrute el cuerpo y los pechos desnudos de una mujer y deslice sus dedos por tu cabello. Únicamente contigo es correcto que él permita que sus pensamientos se centren en hacer el amor y anhele durante sus largas horas de trabajo las caricias y los besos de una mujer. Mientras lamentas el irresistible atractivo sexual de la pornografía y de otras mujeres en la vida de tu esposo, también puedes enfocarte en reclamar y gastar tu energía en la influencia que por derecho te corresponde.

Tu esposo es tu fuente, y el sexo es un acto sagrado, bendito por Dios mismo.[37] Aunque no eres responsable por las decisiones de tu esposo, si no satisfaces el apetito de tu esposo, de la manera que solo tú puedes hacer correctamente, él más fácilmente será tentado por las fuentes equivocadas. Un hombre satisfecho piensa con frecuencia en la causa de su deleite, lo cual normalmente resulta en que él sea más ansioso de mantener satisfecha a su esposa.

No puedes competir con las imágenes sexuales que cuelgan frente a tu esposo. No tienes la habilidad de parecer una mujer de la revista Playboy ni las imágenes de las modelos maquilladas. Sin embargo, lo que le ofreces a tu esposo supera ampliamente la influencia de la cultura. Satisfacer a tu esposo sexualmente es una manera de aceptar y abrazarlo a pesar de sus faltas y tentaciones. Ser íntima con tu esposo resalta su masculinidad y puede nutrir su deseo de ser puro y serte fiel. Ninguna revista, mujer necia o sitio pornográfico puede ofrecerle este regalo increíble de satisfacción.

La vida sigue, trayendo consigo los cambios en cada área de la vida matrimonial, y el área de intimidad sexual también cambia. Justo cuando has logrado balancear la intimidad con el nuevo bebé en la casa, tu bebé empieza a mantenerte despierta durante muchas horas en la noche. Ya cuando tu bebé aprenda a dormir toda la noche, quizás estés embarazada otra vez.

Busca hallar un equilibrio en cada época variante. Si tu bebé llora durante horas y no se calma a la hora que tu esposo quiere irse a dormir, intenta de

[37] Proverbios 5:18; Génesis 9:1

vez en cuando tener la cena preparada, tu bebé dormido y los otros niños ocupados en otro lugar cuando tu esposo llegue del trabajo. Sorpréndelo al sugerir que se den una escapadita a tu habitación para hacer el amor antes de la cena.

Tus hormonas suben y bajan con tu ciclo menstrual, lo que te hará sentir más ansiosa por tener actividad sexual en algunos momentos. En otros momentos, la actividad sexual incluso puede ser un tanto dolorosa. Usa lubricante, como aceite de coco, y no tengas temor de hacerle saber a tu esposo de cierta incomodidad. Cuando un esposo ve que su esposa busca satisfacerlo físicamente y no pone excusas para evitar el sexo, es más probable que él esté más dispuesto a satisfacer las necesidades de ella en su relación sexual.

En su providencia, Dios les ha dado a los esposos el acto de hacer el amor para ayudar a que su relación matrimonial crezca. La intimidad sexual no es solamente una herramienta para la procreación. Una esposa no debe complacer de mala gana a su esposo como un último recurso porque necesita liberación física. La intimidad matrimonial tampoco fue diseñada para usarse como arma. No es algo que Dios nos ha mandado a hacer cada vez menos al llegar a ser "más espirituales". De hecho, entre más buscas agradar a Dios de todo corazón, más desearás complacer a tu esposo en toda área.

Acostumbrarte a estar desnuda delante de tu esposo trae consigo un nivel de vulnerabilidad desconocida antes del matrimonio. Es posible que el cuerpo desnudo de tu esposo no te "excite" sexualmente, pero él sí es provocado por el tuyo. Nunca te burles de tu esposo o de su cuerpo, ni digas cosas degradantes de él de cuánto disfruta de tu cuerpo o de cómo sus manos se dirigen a ciertas partes cuando te abraza.

Como esposa, eres el regalo de Dios para tu esposo. En Génesis 2:18, Dios dice: "No es bueno que el hombre esté solo". No solamente está solo en que no tiene quién le cocine ni quién le hable, sino también está solo sexualmente.

> Pero a causa de las fornicaciones, cada uno tenga su propia mujer, y cada una tenga su propio marido… La mujer no tiene potestad sobre su propio cuerpo, sino el marido; ni tampoco tiene el marido potestad sobre su propio cuerpo, sino la mujer. No os neguéis el uno al otro, a no ser por algún tiempo de mutuo consentimiento, para ocuparos

sosegadamente en la oración; y volved a juntaros en uno, para que no os tiente Satanás a causa de vuestra incontinencia (1 Corintios 7:2, 4-5).

Tu primera prioridad como esposa y madre es cuidar de tu esposo y eso significa más que solamente darle de comer y lavarle la ropa. Significa también cuidar sus necesidades sexuales. Tu esposo necesita que hagas más que solamente complacerlo con la actitud de "¿no podemos apurarnos para que esto se acabe? Realmente no me interesa; lo hago solamente por ti". Tampoco quiere que solamente te acuestes como un tronco para complacerlo.

Dios creó al hombre con el anhelo de ser deseado por una mujer y que mutuamente participen en hacer el amor. Muchas mujeres son diferentes a los hombres en que no necesitan tener un orgasmo cada vez que hacen el amor para sentirse satisfechas. Una mujer típicamente encuentra su satisfacción en acercamiento físico, en saber que su esposo disfruta de su cuerpo y en buscar agradarlo.

Después de tener un bebé, durante tu menstruación y después de cirugías o situaciones similares, hay un tiempo de abstenerse de relaciones sexuales. Pero no permitas que tu esposo quede insatisfecho. Hay otras maneras de satisfacerlo sexualmente.



He descubierto que, al igual que en otras áreas, los caminos de Dios realmente funcionan en este aspecto del matrimonio. No comencé a servir y realmente honrar a mi esposo con el fin de lograr lo que yo quería, sino porque tomé en serio los mandatos de Dios para mí como esposa y deseaba obedecer a Dios. Al rendirme a Dios y a mi esposo, sucedieron cambios sorprendentes y maravillosos, algunos muy lentamente a través del tiempo. Mi esposo, como ya no se sentía amenazado por mis palabras y acciones, comenzó a abrirme su corazón. Descubrí que él me amaba en maneras que no esperaba y me hacía sentir apreciada. Aprendí que mi esposo realmente disfruta abrazarme más que solo para el sexo. Él disfruta de hablar conmigo y realmente quiere que me siente a su lado en el sofá por las noches. Fue únicamente cuando fijé mis ojos en Dios que tal belleza pudo brotar en nuestro matrimonio.

El tiempo



El tiempo es algo curioso que muy pocos tienen suficiente. Lo perseguimos y usamos la falta de este como excusa para no hacer las cosas importantes. Razonamos que, si nuestra vida fuera como la de otra persona, tendríamos más tiempo.

Cuando estamos demasiado ocupadas, hay cosas importantes que se filtran por las grietas. Pero todas contamos con veinticuatro horas al día. Con las conveniencias modernas como lavadoras y secadoras, microondas y ollas de cocimiento lento, deberíamos tener más tiempo sin descuidar las cosas importantes.

En lugar de eso, algunas de nosotras hacemos aún más ocupada nuestra vida al llenar nuestros momentos "libres" con actividades en línea como Pinterest o Facebook, o aun solamente navegar por internet. Pasar horas en línea en búsquedas no creativas, solamente resulta en un sentimiento añadido de estar ocupada, pues entonces hemos malgastado el tiempo en actividades frívolas.

Tratar de hacer demasiadas cosas lleva al agotamiento, lo cual nos hace menos eficaces en el reino de Dios. Perdemos nuestro equilibrio, y nuestras metas y visiones que una vez eran tan claras ahora comienzan a volverse borrosas. Llegamos a estar demasiado cansadas para luchar contra las mentiras de Satanás de que no somos suficiente buenas, que somos un fracaso. Nos sentimos abrumadas con el sin fin de listas de por qué no podemos descansar y por qué no podemos dejar caer una de las pelotas con las que hacemos juegos malabares.

Tristemente, nada de lo que intentamos parece funcionar. Sin importar

cuán tarde nos quedemos trabajando en la noche, las cosas en la lista de quehaceres parecen multiplicarse mientras dormimos. Al día siguiente, los niños parecen quejarse más de lo normal y pensamos que nadie se preocupa; por tanto, seguimos empujando hacia adelante, aunque casi no podemos despegar la cabeza de la almohada en las mañanas.

¡Esto no es la voluntad de Dios para las mujeres! Él jamás nos creó con la capacidad de hacerlo todo y no quiere que nos sintamos fracasadas. Nosotras mismas nos ponemos en esa situación, sea por preocupación y estrés mental, la cantidad de tareas físicas que creemos que debemos hacer o las expectativas que imaginamos que otros tienen para nosotras.

Podemos escoger correr en la carrera de locos de intentar hacerlo todo y fracasar. O podemos realizar cambios que nos traigan descanso y también recompensen a aquellos a quienes amamos. El descanso viene cuando permitimos que Dios nos muestre cuando hemos salido de nuestro lugar asignado por Dios, cuidando de otras viñas hasta no tener tiempo para cuidar la nuestra. Podemos entregarle nuestros problemas a Dios y aceptar los cambios que él quiere realizar en nuestra vida.

Dios no quiere que estemos sobrecargadas. Llenar demasiado nuestra vida con muchos quehaceres, aun tareas nobles y de valor, no llena nuestro corazón de gozo. Hallaremos descanso y libertad cuando desechamos las cargas extras que llevamos, sea un blog o un negocio complementario o un ministerio fuera del hogar y aceptamos nuestro papel como madre y esposa.

No añadas nada a tu día que te cause preocupación o te haga sentirte extenuada. El gozo viene con la libertad de no permitir que lo que otros piensan gobierne tu vida. Viene de hallar paz donde estás y con lo que tienes, dando el mayor cuido a tu esposo e hijos y tu hogar. No importa que nuestra cultura actual diga que este papel es monótono y esclavizado.

"Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas; porque mi yugo es fácil, y ligera mi carga" (Mateo 11:28-30).

"Echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros" (1 Pedro 5:7).

El ama de casa distraída

Imagina conmigo que una cierta ama de casa quería servir a Jesús con todo su corazón. Ella amaba a su familia y a sus amigos y deseaba ser las manos y los pies de Jesús aquí en la tierra.

Ahora, un pastor muy conocido, junto con su familia, iba a venir a su iglesia para compartir una serie de mensajes. Aunque el ama de casa casi no tenía tiempo para algo extra, puso su nombre en la lista para recibir a la familia del pastor y luego se puso a trabajar. ¡Tenía mucho que hacer! Aunque acostumbraba a mantener su casa limpia y ordenada, solo la perfección era suficiente para este pastor importante y su familia.

El ama de casa tenía apenas dos días antes de que las visitas vinieran a cenar. Puso la ropa a lavar antes de sentarse a planear una comida digna de sus visitantes. Los libros de receta que tenía a mano fallaron en darle la inspiración que necesitaba, así que volvió su búsqueda a Pinterest. ¡Oh, los deliciosos platos y postres! Habían pasado dos horas cuando al fin decidió lo que iba a alistar, entre las interrupciones de sus hijos.

Rápidamente metió más ropa a la lavadora y se sentó por un momento para ver lo que sus amistades habían publicado en Facebook. Admiró el centro de mesa que la amiga de una amiga había hecho y publicado, se vio inspirada a hacer uno similar para la cena especial.

Otra vez volvió a Pinterest, pues Pinterest está lleno de inspiración creativa y bella. Parecía imposible hallar la decoración perfecta a causa de los niños llorones y quejumbrosos que seguían quitando su atención del teléfono. Cuando les dio almuerzo y los acostó a dormir, ella tuvo la libertad de un poco de tiempo para sí.

La quietud de la hora de la siesta y el haber hallado un centro de mesa sencillo pero hermoso la inspiró a escribir la siguiente publicación para su blog, pues era una bloguera que deseaba ganar un poco de ingresos secundarios. El tema de su blog para hoy era servir a Jesús por medio de servir a otros y cómo preparar el corazón para el servicio. Duró un poco de tiempo escoger las fotos perfectas de su archivo y escribir palabras elocuentes que sus lectores disfrutarían.

Con su publicación ya terminada, halló satisfacción en las palabras bellamente escritas. Al publicar el enlace del blog en su página de Facebook, notó

varias publicaciones nuevas que quería leer. También notó que su amiga había publicado una foto de un delicioso pastel que había hecho y el ama de casa le escribió que le enviara la receta.

Ya sus pequeños se despertaban de sus siestas. Ya que la mañana la pasó con el teléfono recibiendo más atención que ellos, los niños comenzaron a pelear entre sí y demandar la atención de mamá.

Sin embargo, mamá ya estaba muy atrasada con el trabajo. Entre el ruido de los niños que buscaban su atención, cambió la tanda de ropa, colocando la ropa seca en su cama para doblarla más tarde.

Le llegaban notificaciones del correo electrónico y Facebook a su teléfono durante la tarde, personas enviándole emojis y comentando sobre su publicación de blog. ¡Cuán maravilloso se sentía tener tal don de palabras para animar a otros!

Al levantar la mirada de su teléfono, notó con horror que su esposo llegaría a cenar en una hora. La casa estaba desordenada, los niños se quejaban, y en su cama había un montón de ropa sin doblar. Tomando acción, sentó a los niños en el sofá con unos juegos electrónicos mientras ordenaba la casa. No tenía idea de qué hacer para la cena y se preguntaba si alguna de sus amigas habría en el Facebook publicado lo que ellas iban a hacer. Desplazándose por la página, no halló inspiración. Volvió al congelador y sacó una pizza congelada que guardaba allí en caso de emergencia. Juntó los juguetes, barrió el piso y limpió los desórdenes, y mientras tanto respondía bruscamente a cualquier niño que llegaba y trataba de hablar con ella.

La casa, aparte de su cama, parecía agradable cuando llegó su esposo. Con un suspiro, ella se sentó con su familia a cenar pizza y trocitos de zanahoria.

Su esposo, habiendo trabajado arduamente todo el día, descansaba sobre el sofá después de la cena, y ya que los niños estaban más felices porque papá estaba en casa, el ama de casa tenía menos interrupciones. Los trastos que no había lavado durante el día estaban secos y sucios sobre el encimero, añadiendo a su noche ocupada. Ella echaba miradas amargas de reojo a su esposo, quien se relajaba mientras ella trabajaba. "Si tan solo él se preocupara por mí, se quejó dentro de sí, me ayudaría con estos trastos para que yo también tuviera tiempo para sentarme a descansar".

Después de lavar los trastos había un gran montón de ropa que debía doblar, y apenas estaba terminando con eso cuando su esposo ya estaba listo para acostarse. Sus pensamientos de cómo él había fallado en ayudarle, junto con saber que había malgastado la mayor parte de su día (aunque no lo quería reconocer), hicieron que rehusara las insinuaciones de su esposo esa noche. "¿No puede ver él cuán cansada estoy?"

La siguiente mañana comenzó bien. Preparó la masa y formó bollitos de pan para la cena del día siguiente y los colocó en el congelador. Puso a cocer papas para alistarlas de antemano también. ¡Cuán contenta se sentía al ver que el trabajo se terminaba! Los niños también estaban más felices, porque les dio limpiones y los dejó que limpiaran las paredes mientras ella limpiaba el segundo piso antes del almuerzo.

Sentía que merecía un descanso cuando los niños se acostaron a dormir. Al alcanzar el teléfono, notó la Biblia y se sintió culpable por pasar más tiempo en el teléfono que leyendo la Biblia. No tenía idea dónde leer, pero justo cuando abrió el libro de los Salmos, su teléfono vibró con un mensaje de Facebook donde su amiga le enviaba la receta del pastel.

Al ver que el pastel contenía leche condensada azucarada y que no tenía a mano, volvió una vez más a Pinterest para buscar cómo hacer su propia leche condensada. Después de hallar y guardar una receta, decidió asegurarse de que tenía todos los ingredientes para el resto del menú de la cena.

Tomó nota de la crema agria y el queso crema que necesitaba y volvió a Pinterest para ver lo que guardaban sus amigas.

Ella consideraba abrir una tienda en Etsy porque le gustaba crear cosas y, además, sería una inspiración para su blog. Cuando sus hijos se despertaron, todavía estaba investigando acerca de las tiendas Etsy y de cómo tener una tienda exitosa. Echándole un vistazo a su Biblia abierta junto a ella, la cerró y la puso a un lado, luego se levantó para hacer el centro de mesa.

El alicate no estaba donde ella pensaba y como a su esposo no le gustaba que lo interrumpiera en el trabajo, decidió más bien leerles una historia a los niños. Ellos estaban encantados con la historia y el tiempo con mamá. Ella se tomó una selfi con los niños acurrucados con un libro bajo una cobija.

Negando las peticiones de los niños de que les leyera otra historia, se sentó a la mesa donde publicó en Instagram y Facebook la foto que se

había tomado.

Entraban comentarios de "qué tierno" y "¡ay, qué lindo!" y "eres tan buena madre" de parte de sus amigas y de amistades de amistades que solamente conocía a través de Facebook. Ya que sabía que no estaba haciendo su mejor esfuerzo por ser una madre piadosa y atenta, se sintió culpable, lo que la hizo hablarle ásperamente al niño que llegó pidiendo un vaso de agua; ¡él estaba suficiente grande para servirse solo!

La tarde pasó de una manera muy similar al día anterior, excepto que no había un gran montón de ropa que doblar, pero ella quería limpiar el refrigerador antes de que llegaran las visitas. Su esposo otra vez se sentó en el sofá y no le ayudó, mientras que en el corazón y la mente de ella surgían sentimientos de autocompasión. Como no tenía excusa de estar cansada cuando se fueron a acostar, de mala gana se entregó a su esposo, todo el rato pensando en su blog, el Facebook, las visitas del día siguiente, la tienda de Etsy que quería abrir, su menú y el centro de mesa que aún deseaba hacer.

A la siguiente mañana, a tiempo, subió los niños al vehículo y fue al pueblo para conseguir los ingredientes que necesitaba para la cena. Su mente estaba llena de todo lo que quería hacer. Ya que todavía no sabía dónde estaba el alicate que buscaba, compró varias piezas de decoración que podía usar para hacer un centro de mesa y una vela aromática para agregarle.

Ya se alistaba para regresar a casa cuando su esposo la llamó para ver si de casualidad estaba en el pueblo. Había pasado la fecha de rotar los neumáticos en su vehículo y había un espacio abierto en el taller de neumáticos.

El peso de todo lo que aún tenía que hacer y la culpa subconsciente que aumentaba, hizo que le hablara ásperamente a su esposo y luego a sus hijos. Pero de mala gana pasó a que le rotaran los neumáticos.

Compró el almuerzo para los niños en un puesto de comidas rápidas, para poder acostarlos apenas llegaran a la casa. El menor no quiso dormir durante largo rato, lo que hizo necesario muchos viajes al dormitorio.

Cuando se acabó la hora de la siesta, los baños estaban limpios, las papas y la carne estaban preparadas y en el refrigerador, esperando hasta la hora de hornearlas, y el pastel había quedado a la perfección. Todavía tenía que limpiar el piso, hacer el lustre para el pastel y otras tareas misceláneas. Con un pequeño sentimiento de culpa, entretuvo a los niños con más

entretenimiento electrónico.

Su esposo llegó a casa para escuchar sus lamentos de que el lustre para el pastel no lucía perfecto, todavía había que limpiar el piso y los panecillos no se habían horneado. Se le había olvidado, hasta ese momento, sacarlos del congelador. Él trató de ayudarle con decir que el piso se veía limpio, el pastel se miraba delicioso y la casa parecía lista para recibir visitas. Además, trató de ayudar con llevar a los niños afuera mientras hacía unos pequeños trabajos.

Llegaron las visitas, pero la mente del ama de casa estaba sobrecargada con el centro de mesa que no había logrado hacer, el piso que no había limpiado y la comida que ella temía que no impresionaría a sus visitantes.

De alguna manera la noche llegó a su fin, con la anfitriona que servía con calma externa, pero turbada de corazón. Su mente no se centraba en el mensaje esa noche ya que todavía estaba estresada porque no sabía si los visitantes habían notado que no había limpiado el piso de la cocina. Le habían dicho que el pastel estaba delicioso, pero no podía olvidar lo perfecto que se miraba el lustre del pastel de su amiga junto al de ella.

No podía aceptar el cumplido de su esposo de que la cena había quedado deliciosa a pesar de todas sus preocupaciones, pues para ella, toda la noche había sido arruinada. Tenía que echarle las culpas a alguien, así que atacó a su esposo, de cómo él se sentaba en el sofá en las noches, de cómo pasaba demasiado en el teléfono y en el trabajo, y no apreciaba todo lo que ella hacía.



> Aconteció que yendo de camino, entró en una aldea; y una mujer llamada Marta le recibió en su casa. Ésta tenía una hermana que se llamaba María, la cual, sentándose a los pies de Jesús, oía su palabra. Pero Marta se preocupaba con muchos quehaceres, y acercándose, dijo: Señor, ¿no te da cuidado que mi hermana me deje servir sola? Dile, pues, que me ayude. Respondiendo Jesús, le dijo: Marta, Marta, afanada y turbada estás con muchas cosas. Pero sólo una cosa es necesaria; y María ha escogido la buena parte, la cual no le será quitada (Lucas 10:38-42).

El tiempo y las redes sociales

En nuestro día, cualquier información que deseamos se puede hallar con solo hacer clic. Con la facilidad de la comunicación, las personas, las relaciones y la vida en general debe estar en constante mejoramiento. Sin embargo, miramos lo opuesto. Los matrimonios fracasados son comunes. Cuando las familias están juntas, pasan más tiempo en sus teléfonos que conversando entre sí. Los amigos virtuales, personas que nunca hemos conocido en persona, están reemplazando las interacciones con las personas con quienes vamos a la iglesia y aun con nuestros vecinos que necesitan ver la evidencia de Cristo en nuestra vida.

Las redes sociales facilitan la ausencia emocional y mental, incluso cuando estamos presentes físicamente con otros y nos distraen de nuestras responsabilidades en el hogar. Aunque las redes sociales pueden tener ventajas, debemos hacernos la pregunta: ¿me hace bien? ¿Es mi dueño? ¿He llegado a ser esclavo al timbre de mi teléfono? ¿Realmente necesito revisar cada notificación de mis redes sociales o puedo disciplinarme a revisarlo solo unas cuantas veces al día?

Es fácil tener la intención de abrir la aplicación de Facebook, Pinterest o Instagram por "cinco minutos" y luego pasar mucho más de lo que era nuestra intención. ¿Decimos que no tenemos tiempo para leer la Biblia, cocinar para la familia o llevarle una comida a una amiga? El tiempo que gastamos al navegar por internet, ¿nos estará robando de momentos preciosos en los que podríamos hacer la obra de Dios?

La Biblia nunca menciona Facebook, Instagram, Pinterest, Snapchat u otras redes sociales, pero sí nos da principios para guiarnos. "Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, mas yo no me dejaré dominar de ninguna" (1 Corintios 6:12).

¿Apreciamos más a nuestras "amistades" en las redes sociales que a nuestras amistades en la vida real? Dios nos creó para establecer relaciones, y es tan fácil conectarnos con otros mediante las redes sociales. Con solamente un clic de la cámara y unos cuantos toques en la pantalla del teléfono inteligente, se publica una foto de tu café perfecto, de ti misma bien arreglada o de una esquina perfectamente arreglada de tu casa.

Las redes sociales pueden encubrir nuestra verdadera identidad.

Fácilmente somos tentadas a presentar en línea una parte de nosotras que no es lo que realmente somos. Quizás pasamos toda la mañana con pijamas y finalmente nos vestimos al medio día. La foto que publicamos donde salimos bien arregladas nunca muestra nuestro lado holgazán. Las fotos que publicamos al caminar con nuestros niños, cuando sacamos un rato para beber té con ellos o alzarlos mientras les leemos una historia no muestran el hecho de que toda la mañana pasamos distraídas con nuestro teléfono o hicimos caso omiso de nuestros hijos hasta que la culpa nos llamó la atención. Entonces tratamos de arreglar el hecho por medio de publicar una foto donde ya realmente les prestamos atención.

Es tan fácil comentar en las publicaciones de otras: "Eres tan buena madre" o "¡Eres tan hermosa!". Pero ¿realmente aun conoces a estas amistades en las redes sociales?

Me resultó fácil mirar las fotos que alguien subía a las redes sociales y concluir que era buena madre. Luego, cierto día cuidé una niña cuya madre era una de aquellas a quienes yo seguía en las redes sociales. Los comentarios inocentes de la niña me mostraron que las publicaciones de su madre no concordaban con su vida real.

Las redes sociales nunca deben ser la manera principal en que formas las amistades. Abre tu corazón, tu hogar y tu tiempo para conectar con mujeres aparte del internet. Toma tiempo para conversaciones y amistades significativas cara a cara. Llega a conocer a tus amigas de tal manera que les puedas dar cumplidos en una manera más profunda y personal que los halagos de comentarios fáciles y superficiales en línea. Los proverbios nos advierten vez tras vez sobre los halagos. Ten en cuenta que las redes sociales abren camino a los comentarios livianos.

No permitas que las redes sociales te quiten tu habilidad de amar a Dios con todo tu corazón, mente y alma. El Facebook puede ser adictivo, haciéndote social en línea, pero cortando tus amistades verdaderas, aun con las personas en tu propio hogar. A veces podemos ser tentadas a reconectar con los viejos amigos del sexo opuesto y luego comenzamos a comparar a nuestra pareja con el antiguo amor. Las redes sociales rápidamente pueden llegar a ser un lugar donde "inocentemente" nos jactamos de nuestra hermosa casa o decoraciones, ropa nueva o vacaciones muy bonitas o de nuestros hijos

superiores. Vemos las publicaciones ajenas de decoraciones elegantes y fabulosas, que realmente son solo una o dos fotos de todo su día y rápidamente nos vemos atrapadas en la trampa de la comparación.

Cuando la vida se vuelve corriente y monótona, uno se ve tentado a recurrir al teléfono en vez de tomar tiempo en oración. Pero sin soledad desconectada, no podemos realmente sentir nuestra necesidad desesperada de Dios.

Los hábitos adictivos apagan nuestro anhelo de una satisfacción que tememos nunca poder hallar; o a lo contrario, nos dan un sentimiento alternativo de satisfacción que creemos que nos traerá felicidad duradera. Si los anhelos de nuestro corazón no nos llevan a Dios, nos pueden llevar a los placeres pasajeros de la adicción a las redes sociales, al ir de compras o a cualquier cosa que nos roba el tiempo de vivir en la voluntad de Dios.



Es posible romper las ataduras de las redes sociales. Descubrí esto en un esfuerzo de agradar a mi esposo. Después de haber tenido Facebook durante un año, entre nuestro segundo y tercer hijo, mi esposo observó que yo comparaba los puntos bajos de la vida real con los puntos altos que otros publicaban en Facebook, en lugar de seguir la dirección de Dios y su Palabra. Yo no estaba de acuerdo con él, en parte porque todavía no reconocía honradamente lo que sucedía en mi corazón.

Aunque él deseaba que cerrara mi cuenta de Facebook, dejó la decisión completamente en mis manos. Yo temía que, si la cerraba, sería el fin de mi vida social como una madre en casa. Sin embargo, porque quería agradarlo, la cerré. Un año después, estaba de acuerdo con todo lo que mi esposo había dicho de mí en cuanto al Facebook. Ya que actué según sus deseos, Dios nos guardó de una lucha más, pues apenas había rechazado el Facebook, pasamos unas luchas en nuestro matrimonio y me llegué a deprimir. Estoy agradecida que tomé el consejo de mi esposo. No puedo contar la cantidad de veces que le he agradecido por su consejo.

No puedo imaginar dónde estaríamos hoy si hubiera endurecido mi corazón a los deseos de mi esposo y hubiera mantenido abierta mi cuenta.

Habría sido una tentación tan fuerte buscar consuelo pasajero al desplazarme por la página en vez de hacer esas oraciones tan difíciles y permitir la obra de Dios en mi corazón. También habría sido tentada a comparar nuestro matrimonio con lo que observaba en los otros matrimonios de Facebook.

Una vez que hallé la libertad de vivir sin la atracción de las redes sociales, los beneficios alcanzaron cada área de nuestra vida. La atracción de revisar los comentarios y los emojis perdió su brillo, y miré cuán superficial realmente era.

Mi corazón siente un peso por las madres jóvenes que constantemente están conectadas a las redes sociales. Cuando tenemos niños pequeños, nuestro tiempo está más que lleno con alimentar sus pequeños cuerpos y almas. Estamos rodeadas de ropa sucia, biberones y cajones de juguetes regados. A veces nos sentimos sobrecargadas cuando los bebés están en la etapa de dentición y cuando los niños pequeños lloran mientras tratamos de hacer la cena y cuando una vez más arbitramos en las peleas entre los hermanitos.

Revisar nuestras estadísticas y notificaciones puede parecer una manera de levantarnos sobre el caos que nos presentan nuestros niños. También nos puede hacer sentir importantes, pues nos da la ilusión de tener una voz, aunque estamos ocultas en nuestro hogar haciendo cosas que nadie nota.

El tiempo y la madre que trabaja fuera del hogar: mi tienda de Etsy

Quería hacer algo importante, algo que permaneciera después de que lo terminara de hacer y que fuera prueba de que realmente lo había hecho, no solo hacer algo como lavar los trastos y recoger los juguetes vez tras vez. Quería hacer algo que otros pudieran apreciar y desear. (No me gustaba reconocer que era la verdad). Parecía que debía demostrar que tenía valor al ofrecer una habilidad al mundo.

Varias cosas influyeron en ese intento. Mis días con los niños parecían estar llenos de un sin fin de pañales que cambiar, niños que entrenar para el uso del baño, papel higiénico que volver a enrollar, rodillas lastimadas que besar y argumentos que resolver.

Mi esposo había comenzado un nuevo negocio de jardinería el verano

anterior, y cada moneda extra se volvía a invertir en el negocio. En aquellos años, nuestros hijos cambiaban de talla de ropa constantemente y quería poder comprarles ropa sin "ser carga" para mi esposo al pedirle más dinero. También deseaba más decoraciones para la casa y no quería pedir dinero para eso. Comprendía la sabiduría de invertir nuestro dinero en el negocio en vez de gastarlo en frivolidades.

Venía saliendo de un terrible túnel de depresión y otra vez gozaba de mis momentos de gran energía como las que había tenido antes de tener a los bebés, lo cual hacía que el rato de siesta de mis hijos pareciera una oportunidad de perseguir un pasatiempo que me trajera dinero.

Desde que me acuerdo había querido pintar. Todavía no teníamos internet ni teléfonos inteligentes, así que los tutoriales de YouTube no eran opción. Además, yo todavía quería cuidar a nuestros hijos, así que contratar a una niñera mientras persiguiera mi pasatiempo y tomara clases de pintura tampoco era una opción. Además, un curso de pintura exigía dinero extra que, según mi esposo (o yo también) definitivamente no pasaba como una necesidad. Ya había hablado de lo cansada que estaba en las noches, así que ¿cómo podría hacer más?

Alguien me hizo un regalo de la revista *Create and Decorate* (Crea y decora). En esa revista venía un pequeño tutorial sobre cómo pintar un letrero sencillo, con pequeños maceteros de flores y una frase. Este letrero me encantó. Al lavar los trastos, solo podía imaginar lo hermoso que se miraría ese letrero en el alféizar de la ventana de mi cocina. Llevaría mis ojos del color naranja de los encimeros y el amarillo del fregadero que parecía venir de los años 1970 hacia algo bello.

Un día me sobraron $10,00 después de haber comprado la comida, así que pasé por una tienda de manualidades para comprar la pintura que necesitaba para el letrero. No pude creer lo que vi cuando llegué al pasillo de las pinturas, cada tono de color que podía imaginar, metálico, mate, especialidades y, además, muchas marcas diferentes. De ese día en adelante algo cambió. Soñaba con pinturas, imaginándome lo que podría hacer con todos aquellos colores y tubos y latas y botes.

Hallé mis primeras tablas viejas entre la maleza y también en el vertedero del barrio. Casi no podía esperar hasta la hora de la siesta de los niños para

pintar mi primer letrero. Fue tan emocionante seguir el tutorial paso a paso y observar que el letrero quedó aún más bonito de lo que había esperado. En mi mente todavía lo puedo ver colocado sobre el alféizar de la ventana. Aunque lo había pintado para mi propio gozo y satisfacción, me sentía muy bien cuando otros comentaban de este.

Durante dos veranos consecutivos, nuestra iglesia organizó subastas a beneficio de la comunidad que también recibían artículos a consignación. Hablaban de hacer otra subasta ese verano y vi una manera en que podría ganar un poco de dinero. Me apresuraba más al leer la Biblia mientras los niños tomaban su siesta. "Dios sabe cuánto me encanta pintar, razoné. Él también me creó con el deseo de pintar. Puedo orar mientras pinto". Y así me sentía justificada.

No era malo pintar y amar la pintura, pero desde entonces, he descubierto que es una señal de advertencia si tengo que silenciar esa pequeña voz interior e inventar razones para hacer algo.

La subasta ese verano nunca se realizó, pero cuando me enteré de que no se iba a realizar, ya tenía una pequeña colección de letreros pintados. Ese primer año, gané $300 con los letreros que vendí a mis amistades y me sentía absolutamente eufórica. Si el dinero compra la felicidad, yo debiera haber estado loca de la emoción cuando las ventas finalmente llegaron a los miles de dólares con la venta de letreros en línea. El primer año, guardé una cuenta cuidadosa de quién compraba cada letrero, en cuánto lo vendía, y luego en qué gastaba cada moneda de mi ganancia. Me sentía bien al repasar la lista de compras, sabiendo que había usado el dinero para comprar cosas beneficiosas, no artículos innecesarios.

Mi esposo también estaba sorprendido. Muchas veces se me ocurre una idea e intento muchas cosas; sin embargo, las dejo a medio hacer porque se me agota la inspiración. Pero mantuve este pasatiempo y lo seguía disfrutando.

Estaba pintando más letreros, por el sencillo hecho de que lo disfrutaba tanto, cuando una amiga me sugirió que buscara un puesto en la feria local de artículos para el hogar y el jardín. Mi esposo estuvo de acuerdo, aunque me puso varias condiciones si así lo decidía.

Tenía dos meses para pintar suficientes letreros para una exhibición de dos por tres metros. Mi tiempo de pintar comenzó a ser más que solo la hora

de la siesta. Algunos días no leía la Biblia, sino que comenzaba a pintar tan pronto como los niños se acostaban. Me sentía culpable por eso, pues conocía la diferencia que leer la Biblia había hecho en mi vida. Así que hacía una transigencia al colocar mi Biblia en la mesa a mi lado para leer mientras pintaba.

Al reflexionar hoy, reconozco que, en lo profundo de mi ser, sabía que no hacía bien, pero seguía silenciando esa voz, llenando el tiempo que normalmente pasaba con Dios con algo que amaba. No es fácil pintar un letrero mientras tratas de leer. Además, la pintura, el agua y el letrero tenían que estar a mi lado, así que era incómodo torcerme o ponerme de pie para poder leer bien un versículo.

Después de intentarlo varias veces, dejé de sacar la Biblia y razonaba que en lugar de leer, solamente oraría. Eso funcionó hasta que los pensamientos de cuál sería el próximo letrero que iba a pintar y cómo iba a organizar el puesto llenaban mi mente e interrumpían mis oraciones. Pronto oraba únicamente cuando me molestaba la conciencia. Sin embargo, era tanto más fácil pensar en los letreros y mantener mi mente enfocada en la pintura para ayudar a ignorar esa voz que me hablaba de leer la Biblia y orar.

Ahora tenía ciertos días en que pintaba todo el día y había añadido letreros termograbados, que consiste en quemar diseños sobre la madera. Mi hermana descubrió que le encantaba hacer la parte de quemar la madera, así que siguió con esa parte para la exhibición, liberando el tiempo para que yo pintara.

La exhibición era en abril. El tiempo ahora estaba cálido y mi esposo tenía clientes que esperaban la primavera para que él pudiera arreglar sus jardines y patios. A mi esposo le encanta trabajar; ¡oh, sí le gusta! Él amaba su trabajo y finalmente iba a comenzar su primer trabajo de jardinería cuando su esposa necesitaba ayuda para organizar su puesto para la exhibición. No había manera que mi hermana y yo levantáramos solas aquellos fondos pesados de pared de granero, ni descargáramos cajas llenas de letreros y al mismo tiempo cuidáramos cuatro niños pequeños, de los cuales tres eran míos.

Deseo poder cerrar el telón en este momento y decir que todo salió bien y que vendimos muchos letreros. Sí vendimos muchos letreros, pero muchas palabras ásperas pasaron entre mi esposo y yo. Yo alegaba que él había acordado ayudarme a organizar. Pero cuando hizo el acuerdo, no sabía que al mismo tiempo iba a estar tan ocupado con su propio trabajo.

Fueron tres días de mucho estrés. Pero cuando le entregué el dinero a mi esposo cuando concluyó, razoné que debía ayudarle a olvidar el dolor que le había causado. Él también se sorprendió que haya vendido tantos letreros.

La atracción del dinero es poderosa. Mi esposo me regresó el dinero que había ganado para comprar cosas que necesitábamos. Fue divertido buscar en tiendas de segunda mano, escogiendo un segundo abrigo y luego el tercero. No gasté el dinero en grandes cantidades. Me habían enseñado a ser ahorrativa y buscar buenos negocios. Así que la mayor parte del dinero se gastó en cosas necesarias, pero un poco se escurrió por las grietas. Ya no guardaba una cuenta de cómo gastaba cada moneda. Con la cantidad de dinero que tenía a mano, era demasiado difícil, pensé.

Ese otoño, hicimos una exhibición en un evento donde la entrada costaba más dinero y no hicimos tantas ventas, pero el siguiente año tuvimos un puesto en la misma feria de hogar y jardín. Este tuvo más éxito que el anterior, pues ahora sabía cuáles letreros se habían vendido el año anterior.

Sabía que no podía seguir saliendo de mi hogar para vender los letreros. Nuestro matrimonio estaba sufriendo, y aunque pintar quitaba mi enfoque temporalmente del tiempo difícil que estábamos pasando, no me agradaba la tensión que acompañaba las exhibiciones.

Cerca de ese tiempo, mi esposo me regaló un teléfono inteligente, porque sabía que algún día deseaba abrir una tienda de Etsy. Todavía me estaba recuperando de la enorme cantidad de horas que había pasado pintando para la última exhibición de hogar. Estaba tratando de pasar más tiempo leyéndoles historias a los niños e incluyéndolos en mi vida, en lugar de sentarlos frente al entretenimiento electrónico vez tras vez para poder pintar sin que golpearan mis letreros.

Mis amistades todavía me hacían pedidos, así que, en los primeros meses del tercer año en la pintura, una amiga que sabía de tecnología me ayudó a establecer una tienda de Etsy. Publicamos un letrero pequeño allí, solamente para que yo aprendiera cómo subirlos.

Cuatro meses después de abrir la tienda de Etsy, mi esposo me preguntó al respecto. Fui a mostrarle el único letrero que había allí, solamente para descubrir que se lo había vendido dos días antes a una mujer de Nueva Jersey. ¡Casi no pude creer cómo un pequeño letrero se había hallado entre todas las

tiendas universales de Etsy!

Había escrito mis sueños y metas para mi tienda de Etsy cuando la había abierto. Una de mis metas era vender un promedio de un letrero a la semana, pues sabía que podía lograrlo sin estar demasiado ocupada. Quería vender suficientes en Etsy para que, cuando todos nuestros hijos entraran a la escuela, podría estar suficiente ocupada con la tienda que pasaría dos o tres días a la semana pintando durante las horas que ellos estuvieran en clases.

Cuando mi esposo construyó nuestra casa nueva, hizo una sala en donde podía almacenar todas las cosas pertenecientes a la pintura y los letreros. Compré un mapa de los Estados Unidos y pequeñas chinchetas rojas, y colgué el mapa sobre la pared para marcar cada lugar donde vendía uno de mis letreros.

Los pedidos me llegaban a pocos, pero para finales de octubre había vendido veinte letreros. Entonces diseñé un letrero navideño junto con uno más pequeño y se vendieron muy bien. Para cuando llegó la Navidad, mis ventas se aproximaban a los cien letreros. Yo estaba atónita; los foros de Etsy dicen que se necesitan de dos a cuatro años para que una tienda tenga éxito. No sabía cuáles límites fijar. Elevé los precios, y luego los volví a elevar, pero luego observé que la plataforma de compradores se pasó a lugares donde las personas ganaban más dinero.

Se lleva mucho trabajo para operar una tienda de Etsy exitosa. Las personas miraban mi tienda y veían fotografías bonitas y editadas de los letreros publicados, y el número de ventas seguía aumentando. Nunca veían el tiempo que se lleva haciendo el letrero, pintando las palabras a mano, asegurándose de que la luz esté apropiada para sacar fotografías bonitas y luego editar y recortarlas, y después publicarlas. Además, tenía el cuido de mi esposo e hijos, mantener la casa ordenada y hacer comida desde cero. El tiempo era un bien que deseaba poder comprar más.

Después de la navidad de ese primer año, empecé a preparar para la siguiente temporada navideña pintando los letreros populares navideños y diseñando más. Me encantaba diseñar los letreros y ver el producto final. Los letreros que hacía ahora eran mucho más grandes que los primeros que había hecho y llevaban más tiempo elaborarlos. No estaba tan preparada para la segunda temporada navideña como había esperado. Antes del día de Acción de

gracias, ya tenía más ventas que durante toda la temporada pasada. Contraté a mi hermana, quien había dejado de hacer termograbados después de nuestra última exhibición local. Ella hizo la mayor parte de los fondos y marcaba los letreros, y yo los pintaba y hacía los envíos.

Ante el mundo y todos los que me rodeaban, parecía exitosa. El mapa sobre la pared de mi habitación de pintura estaba cubierto de chinchetas rojas. Pero yo sabía la verdad. Las cosas importantes de mi hogar se estaban escurriendo por las grietas. En lugar de completar mis quehaceres de la casa para poder pintar, como sucedía al principio, ahora trataba de apurarme con la pintura para lograr las fechas límites de los envíos para luego hacer las tareas de la casa.

No podía lidiar con el mal comportamiento de los niños, porque no tenía tiempo para educarlos. Me molestaba que cuando hablaba con mis hijos, no me miraban al rostro. Pero tampoco yo los miraba a *ellos* cuando ellos me hablaban a *mí*. Uno puede seguir lavando trastos o barriendo y mirar a los niños mientras le hablan, pero me era imposible mirarlos mientras pintaba letreros.

Nuestra hija mayor fue la más afectada. Ella estaba en la escuela y enfrentaba temores y presiones, con una madre que no tenía tiempo para realmente escuchar y mostrar preocupación. Después de muchos recordatorios de "no golpear mi letrero" cuando venía a hablar conmigo, ella comenzó a retirarse a su dormitorio casi tan pronto como finalizaban sus clases. Cuando yo tenía un raro minuto desocupado, trataba de acercarme a ella por medio de hacerle preguntas acerca de la escuela y sus amistades. Pero la distancia se hacía cada vez más grande entre su corazón y el mío.

Yo odiaba lo que les estaba haciendo a los corazones de nuestra familia. Sabía que yo era la causa, pero la notificación de una venta, el revisar las estadísticas y los favoritos y todas las cosas que conlleva administrar una tienda de Etsy me tenían atada. Ahora tenía páginas de la tienda en Facebook e Instagram, y me encantaba la emoción de tomar hermosas fotografías para las publicaciones.

Mi esposo vacilaba entre sentirse orgulloso de mí y mis letreros, y preocuparse por lo que el estrés estaba haciendo en mí. Me dijo que las mujeres no fueron creadas para aguantar el estrés de ganar dinero y cumplir con las fechas

límite, y al mismo tiempo tratar de equilibrar el hogar y la familia.

Pasó el día de Acción de gracias y los pedidos aumentaron hasta sobrepasar grandemente mi deseo original de vender un letrero pequeño a la semana; ahora intentaba sacar veinte letreros grandes en una semana. Estaba demasiado ocupada. No lograba mantenerme al día con las ventas, pero las notificaciones de venta eran adictivas, así que tercamente persistía en la carrera loca de ganar dinero. Tres semanas antes de la Navidad, tenía una lista tan larga de pedidos que no tenía idea de dónde hallaría el tiempo de pintarlos todos a tiempo para cumplir con la fecha límite del envío.

Dios me captó la atención al permitir que mi tienda estuviera tan ocupada. Él se preocupó tanto por mí que me llevó al final de mí misma. No había manera que yo me pudiera mantener al día con los pedidos y todo lo demás, sin importar cuánto tratara de manejar las diferentes partes.

El éxito de la tienda me dejó con un sentir vacío e insatisfecho aun cuando trataba de recordarme a mí misma de cuánto disfrutaba la pintura. Podía ver dónde me había equivocado tanto. Estaba descuidando a las personas que Dios había encomendado a mi cuidado. Mi mente estaba enfocada en las preocupaciones fuera de nuestro hogar.

Mi esposo apoyó completamente la decisión de cerrar mi tienda o vender el negocio. Dios proveyó una manera de vender el negocio. No fue hasta que ya no pintaba que logré ver cuánto había dependido de mi negocio mi autoestima. Cuando ya no tenía letreros que enviar, tenía muchos minutos desocupados en que casi me sentía aburrida y definitivamente inquieta. Fue entonces que comencé a distraerme con la navegación en mi teléfono.

La manera en que llevaba mi vida realmente tenía que cambiar, pues deseaba volver a ganar el corazón de mi hija. Pero no era tan fácil como creía. No puedes forzar a un niño a que te ame. Comencé a escucharla intencionalmente cuando venía a hablar conmigo, rechazando el impulso de tomar mi teléfono. Una vez a la semana hacíamos una fiesta de té, solamente ella y yo. Mientras disfrutaba de la luz de la vela en su rostro, ella lentamente comenzó a abrirme su corazón. Me contó cosas que me causaron mucho dolor y muchas veces me quise defender. Pero me contó lo que había en su corazón, lo que realmente sentía, y yo anhelaba sanar la

brecha entre nosotras.

Una vez que dejé de correr por la vida, me sorprendió cuánto tiempo más tenía a mi disposición. Ahora tenía tiempo para educar a mis hijos. Quedé sorprendida por cuánto menos trabajo me eran, ya que activamente les enseñaba y los incluía en lo que hacía. Tenía tiempo para abrazar y leerles historias a la hora de la siesta a los dos que todavía no iban a clases. Teníamos tiempo para jugar con plastilina y yo tenía tiempo para sentarme con ellos en sus fiestas de té con su plastilina. Tenía tiempo para permitir que removieran los huevos para el desayuno o que pelaran las patatas para la cena.

Tenía tiempo para sentarme en el sofá con mi esposo en las noches o salir con él a caminar, porque hacía el trabajo de la casa durante el día. Ya no estaba agotada y distraída en las noches y, en sus palabras, "el sexo era mucho mejor".

Sin la facilidad de distraerme con la pintura cuando el matrimonio se complicaba, ahora tenía tiempo de esforzarme por ser la esposa que mi esposo necesitaba. Aunque todavía había momentos turbulentos, nuestra relación mejoró. Había perdido tantos momentos bellos, pues pasaron tan rápidamente mientras estaba atareada.



Veo las cosas de manera muy diferente desde que una vez fui una mujer de negocios. Algunas personas me dijeron que yo era una mujer según Proverbios 31, que cuidaba de mi hogar y tenía un negocio secundario. Pero la verdad es que me sentía más lejos de ser una mujer virtuosa que cuando no ganaba ni un céntimo. Durante los años que pinté letreros y trabajé mi tienda de Etsy, nunca tuve suficiente tiempo. Parecía que cuanto más rápido pintaba y trataba de hacer el trabajo de la casa, menos tiempo tenía. Las manecillas del reloj de la cocina volaban.

Si eres esposa y madre, es inconveniente tener un negocio que demanda más tiempo de ti de lo que puedes dar correctamente. Si tienes un pasatiempo, fija límites y guárdalos. Si tienes tiempo de sobra después de cuidar tu casa, amar a tu esposo, enseñar y criar a tus hijos y servir a

otros, puede ser algo maravilloso perseguir un pasatiempo creativo.

Sin embargo, si tienes un pasatiempo, debes estar muy atenta de cómo gastas tu tiempo, pues tu trabajo más importante es tu esposo, tus hijos y tu hogar. Debes eliminar las demás cosas en las que gastas tiempo para poder equilibrar eficientemente tu hogar y tu pasatiempo.

¿Pasas la hora de la siesta de tus niños navegando en Pinterest, poniéndote al día en Facebook o leyendo? Para perseguir seriamente un pasatiempo, sea costura, pintura, diseñar, estudiar o aprender de negocios, tendrás que ceder el tiempo que normalmente dedicas a navegar en línea, leer correos electrónicos y navegar en las redes sociales.

Reflexiono sobre los cinco años que pasé pintando, dos de esos años con profundo remordimiento, y lamento las oportunidades que perdí en educar y cuidar a mis hijos. Habría evitado tantos argumentos con mi esposo si no hubiera estado demasiado ocupada y distraída. ¡Cuánto más estables habrían estado nuestros hijos con una madre atenta y padres que no discutían! Aunque gozamos de muchos momentos y semanas maravillosas durante aquellos años, había tensión que no debía estar allí. Y nuestros hijos eran muy sensibles a cualquier rasgo de tensión entre mi esposo y yo, que en cambio los hacía más necesitados y llorones.

Pienso en todas las cosas que mis hijos hubieran podido aprender durante aquellos años a mi lado. Había comenzado bien, incluyéndolos en ayudarme a remover y medir la comida, pero luego llegué a estar demasiado ocupada con otras cosas. Mi mente estaba demasiado distraída como para tratar con las interrupciones, así que mayormente cocinaba y hacía la limpieza de la casa yo misma.

Pero estoy tan agradecida de que Dios haya permitido que mi tienda se volviera tan ocupada que comprendí el beneficio de no estar dividida entre mi familia y el negocio. No valía la pena. Todavía hay ocasiones donde hago una pintura para una amistad, pero solamente en mi tiempo extra. Controlo el tiempo que dedico a la pintura, en lugar de que ese tiempo y el envío con fechas límites me controlen a mí. También estoy tan agradecida de que Dios haya captado mi atención antes de que fuera demasiado tarde para atar nuevamente el lazo entre mi corazón y el de mis hijos y entre mi esposo y yo.

El tiempo

Cuando soy tentada a creer que mis tareas son monótonas, recuerdo mis días como una mujer "moderna", que trata de hacerlo todo. Ahora disfruto de la paz que viene de estar en la voluntad de mi Padre. ¡No hay duda dónde hallo la mayor satisfacción! Cuando descubro que estoy perdiendo la alegría, vuelvo a alinear mi voluntad con la de Dios.

Si administro bien mi tiempo durante el día, tengo tiempo para el trabajo y tiempo para ir a caminar. Tengo tiempo para ir de pesca de vez en cuando o hacer una fiesta de té. Tengo tiempo para enseñarles a mis hijos en crecimiento, mantener una casa ordenada, lavar la ropa y cocinar, y entonces, porque he manejado bien mi tiempo durante el día, tengo tiempo para sentarme en el sofá junto a mi esposo.

Una mujer que intenta ayudar a llevar la carga que Dios le ha dado al esposo de mantener a la familia tiende a ser estresada y enojada. El éxito en el trabajo sea fuera del hogar o un blog bien escrito, ofrece una descarga de adrenalina. Desafortunadamente, la mayoría de las veces es pasajera. En contraste, el éxito en el matrimonio y la maternidad ofrece satisfacción más duradera.

Aprende a vivir del ingreso de tu esposo, sin importar cuán poco parezca ser y rehúsa compararte con otras. Sé una esposa y madre atenta y tus recompensas no tendrán límite.

Elizabeth Prentiss escribió: "Si una vez pudieras decidir nunca asumir más de cualquier trabajo de lo que puedes hacer calmada y quietamente, sin prisa… y si al instante en que sientes que te pones nerviosa y como alguien sin aliento, pausaras y suspiraras, hallarías que esta regla de sentido común hace para ti lo que ninguna oración o lágrimas puede lograr".[38]

Revisa tu corazón: ¿Eres rica o pobre?

¿Eres rica o pobre? Depende de tu perspectiva y con quién comparas tu vida.

[38] Tomado de *Stepping Heavenward* (Pasos hacia el cielo) Hurst & Company, Nueva York, página 250

No eres pobre solamente porque no tienes el dinero para salir a comer al menos una vez a la semana cuando te cansas de cocinar. Tomar tiempo para planear comidas ricas y nutritivas para tu familia no significa que eres pobre. Tampoco significa que eres rica cuando frecuentemente compras comida rápida o para llevar porque estás demasiado ocupada para cocinar.

Poder vacacionar y no tener que cocinar una sola comida cuando andas de paseo no necesariamente significa que eres rica. No tener dinero para tomar unas vacaciones exóticas cuando tu esposo rehúsa pagarlo con una tarjeta de crédito tampoco te hace automáticamente pobre. Considérate rica si puedes salir a caminar bajo la luna tomada de la mano de tu esposo o si puedes acurrucarte a su lado en el sofá en las noches.

Tus hijos no solamente son ricos si tienen muchos juguetes y juegos electrónicos; ellos pueden ser pobres en amor y seguridad porque sus padres están demasiado ocupados o distraídos para pasar tiempo con ellos. ¿Son pobres tus hijos porque su madre tiene un trabajo secundario? No lo son si en lugar de trabajar ella puede estar en casa con ellos, enseñándoles, alimentándolos, educándolos, meciéndolos cuando están enfermos, leyéndoles un sin fin de historias y haciendo caminatas con ellos en toda clase de tiempo.

No eres pobre solamente porque tienes que trabajar en la casa; piensa en lo afortunada que eres en que puedes adaptar tu horario al de tu esposo sin primero consultar con tu jefe. Si trabajas o tienes un trabajo desde tu casa que te deja estresada y enojada porque no logras hacerlo todo, ¿significa que eres rica?

No eres pobre solamente porque no tienes dinero para ir a un hotel con desayuno incluido de vez en cuando para tomar un descanso; sino que más bien conviertes tu hogar en un hotel con desayuno incluido para tu familia, todo el día, todos los días. ¡Cuán rica eres tú y tu familia si pueden disfrutar de camas ordenadas, comidas deliciosas, flores frescas, tiempo para leer y una hermosa mesa en donde comer!

No te hace pobre ser una ama de casa que puede hacer una fiesta de té con sus hijos a cualquier hora del día, en lugar de estar fuera del hogar ganando dinero para comprar café gourmet de paso. Tampoco te hace rica estar fuera del hogar ganando dinero para comprar más juguetes para entretener a tus hijos.

Piensa en cuán ricos son tus hijos hoy porque su mamá les leyó una historia en lugar de sentarlos frente al entretenimiento digital. Eres rica si tienes tiempo para colocar un bonito mantel sobre la mesa y encender una vela para la cena porque has estado en casa todo el día con tus hijos. No eres pobre si puedes hallar contentamiento y felicidad en tu hogar y, por lo tanto, las conversaciones a la hora de la cena estarán llenas de risas y buena voluntad.

No eres rica si te ocupas en lograr muchas cosas, pero respondes ásperamente y de mala cara a tus seres queridos.



Al tomar ciertas decisiones como esposa y madre, tus hijos crecen pensando que eran ricos cuando eran niños, aun si realmente no había mucho dinero. O pueden crecer y comprender que había dinero o tarjetas de crédito para comprar muchas cosas, pero eran pobres en lo que realmente hace rica a una familia.

La tierra de los blogs

La tierra de los blogs está llena de madres jóvenes que escriben. Ellas escriben del estrés de los hijos, la tentación de la comparación y como no poder hacerlo todo. Estoy de acuerdo; una mujer no fue creada para "hacerlo todo". ¿De dónde viene esa idea? Me duele el corazón cuando leo los blogs de aquellas madres jóvenes. Nunca fue la intención de Dios que las esposas constantemente lucharan con las comparaciones de las redes sociales.

Cuando escribimos un blog, constantemente toma espacio en nuestra mente. Somos tentadas a revisarlo, a pensar de este y sacar las fotografías perfectas para publicarlas. A veces sus demandas parecen menos abrumadoras que nuestros hijos necesitados. Es fácil llenar nuestra mente del mundo en línea y luego hablarle ásperamente al niño que nos interrumpe.

Cuidar de nuestro hogar e hijos exige mucho tiempo. Así que cuando las madres jóvenes publican que están sobrecargadas y no logran hacerlo todo, deseo que dejaran a un lado el blog durante al menos un año y experimentaran la diferencia sin esa distracción.

"Las ancianas asimismo sean reverentes en su porte; no calumniadoras, no esclavas del vino, maestras del bien; que enseñen a las mujeres jóvenes a amar a sus maridos y a sus hijos, a ser prudentes, castas, cuidadosas de su casa, buenas, sujetas a sus maridos, para que la palabra de Dios no sea blasfemada" (Tito 2:3-5).

"La casada tiene cuidado de las cosas del mundo, de cómo agradar a su marido" (1 Corintios 7:34).

1 Corintios 7:34 indica que tu papel es cuidar primeramente a tu esposo en lugar de enseñarles a otras mujeres cómo acercarse a Dios. Tú debes hallar satisfacción en vivir en el diseño de Dios para las mujeres y cuidar de tu propia relación con él. Cuando has hallado obediencia gozosa a Dios en servir primeramente a tu familia, entonces busca alcanzar a las mujeres jóvenes y enséñales la voluntad de Dios para la mujer. Este mundo tiene mucha necesidad de mujeres mayores que enseñen el diseño de Dios sin temor.

No importa cuántas personas te sigan en línea; si estás descuidando las cosas que Dios manda que enseñen las mujeres mayores y aprendan las mujeres jóvenes, es hora de que aprendas esas cosas en tu hogar. Aprende a mantener una casa ordenada, a cocinar comidas nutritivas, a cuidar a tus hijos y hacerlos una prioridad de la vida después de tu esposo. Pídele a Dios que te ayude a aprender el contentamiento y la satisfacción al vivir tu papel en el hogar. Trae ante él tu lucha de anhelar hacer algo más importante porque sientes que no te valoran y crees que otra cosa sería más digna de tu tiempo y energía.

Una mujer con hijos pequeños que tiene una misión fuera del hogar, sea un blog o un negocio que realmente la saca de su hogar, muchas veces es una esposa y madre pobre. Nuestro mayor servicio a Dios es cumplir con nuestras obligaciones como una esposa y madre atenta. Una casa desordenada, grandes montones de ropa sin lavar e hijos no disciplinados son testigos de una madre que descuida su propia "viña" y trata de cuidar la de otro. Es una desgracia que una mujer escriba un blog o enseñe a otras mujeres asuntos del Señor si ella pone poco esfuerzo en hacer que su hogar sea un refugio de orden y paz, si sienta a sus hijos frente al entretenimiento digital porque la están estorbando y si está demasiado cansada para serle atenta a su esposo en las noches.

La tierra de los blogs ha crecido rápidamente, con la participación de muchas madres jóvenes. Pero hay una razón que Dios manda a las mujeres mayores a que enseñen a las jóvenes: las mayores han pasado las pruebas y han aprendido lecciones difíciles de camino. Si las mujeres mayores cuyos hijos ya son grandes usan los medios sociales para alcanzar a las mujeres jóvenes, ellas no tienen que escoger entre cuidar a sus niños pequeños o escribir su blog. Tampoco enfrentarán la culpa de descuidar a sus hijos y su hogar para mantenerse al día con sus redes sociales.

Tendrás una influencia mucho mejor sobre otras mujeres si primeramente obedeces las cosas a las cuales Dios te llama, obedecer y reverenciar a tu esposo, amar y enseñar a tus hijos y ser una cuidadora casta y discreta de tu casa.

Consejos prácticos para un cambio positivo

Toma tiempo para enseñarles a tus hijos a trabajar con alegría, y ellos harán el trabajo de buena voluntad cuando mamá esté enferma y quieran que descanse. Dios promete que si sembramos buena semilla, segaremos una cosecha abundante. ¡Alabado sea Dios!

Si el trabajo de tu esposo casi no provee suficiente para mantenerlos, aprende a cocinar con lo básico y sé ahorrativa; nunca compres algo innecesario. No te quejes delante de tus hijos o tu esposo de la falta de dinero. Tus hijos estarán mejor jugando con plastilina casera y comiendo arroz y frijoles que teniendo tabletas, iPods y golosinas. Anima a tu esposo. Sé su amante dispuesta y sé agradecida con lo que él provee.

Salir a buscar trabajo no será la respuesta, pues te saldrás de tu papel diseñado por Dios. Haz de tu hogar un refugio y mantén limpio y ordenado lo que tienes. Satanás trata de engañarnos al hacernos pensar que necesitamos un trabajo que dejaría vacío el lugar de la madre en nuestro hogar o lo supliría parcialmente con una madre distraída. La mentalidad moderna es que si no puedes comprar la mayoría de las cosas que deseas, entonces de alguna manera te falta algo, pero eso está lejos de la verdad.

Aunque yo ganaba dinero con mis pinturas, no lo utilizamos para cancelar las deudas sobre nuestro terreno ni nuestros vehículos. Las familias donde las madres tienen un trabajo fuera del hogar o un ingreso secundario

normalmente no están mejor económicamente que las familias que viven de un solo ingreso. Es tan fácil usar el dinero extra para comprar más ropa o carne de primera calidad.

Realmente me gustaron algunas de las cosas que compré con el dinero que me había costado tanto ganar, pero finalmente las reconocí por lo que eran; solamente cosas. Después de un tiempo, nos trasladamos a una pequeña misión en Sudamérica y tuve que vender o regalar todas aquellas "cosas preciosas". Eso fue difícil, pues el dinero que obtuve al vender la mayoría de esas cosas no fue igual a lo que había pagado por ellas. Pero Dios tiene una manera de poner nuestro enfoque en la perspectiva correcta, y ahora estoy de acuerdo con el apóstol Pablo cuando dice que él ha aprendido a vivir con mucho o con poco y que ha aprendido a estar contento cualquiera que sea su situación.

Fuimos muy bendecidos, fuera que el trabajo de mi esposo le diera mucho o poco dinero. He descubierto que todo depende de mi perspectiva.

Descubre cosas que llenan tu corazón de verdadero gozo, tranquilidad y contentamiento. Intencionalmente saca tiempo de tu día para pasar con Dios. Lee su Palabra, permite que él examine tu corazón, luego trabaja en las cosas que él te muestra, y ora.

Si tu corazón está seco, no lo publiques en línea con una foto bonita de tu Biblia. Más bien, "entra en tu aposento, y cerrada la puerta, ora a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público" (Mateo 6:6). La oración ferviente y eficaz por nuestro esposo, nuestros hijos y otras necesidades no pueden venir de un corazón distraído por el teléfono u otra cosa.

En lugar de revisar constantemente las redes sociales en tus ratos libres, escoge leer la Biblia o una historia a los niños, orar o sencillamente permitir que tu mente descanse en silencio. Siéntate en el corredor, sí, en ese banco bonito que pasa tantas horas sin uso. Solo relájate y observa cómo sopla el viento entre los árboles y cómo se mueven las nubes en el cielo. Absorbe el canto de las aves y disfruta del descanso y la felicidad que se establece en tu corazón. "Estad quietos, y conoced que yo soy Dios" (Salmo 46:10).

Toma fuerzas con propósito

- Configura el temporizador para cinco minutos y limpia debajo del fregadero de la cocina.
- Hazte una taza de café o té, enciende una vela aromática y lee un salmo.
- Configura el temporizador para quince minutos y haz aquello que has estado posponiendo. ¡Pueda que lo logres terminar en menos de quince minutos!
- Lee una historia a tus hijos.
- Haz las galletas favoritas de tu esposo.
- Haz un pichel de té y reúne a tus hijos para una fiesta de té. Disfruta su conversación, sus sonrisas y la manera en que la luz se refleja en su cabello. Toma una foto si deseas conservar un recuerdo, pero refrena el impulso de publicarla en las redes sociales.
- Sal durante un minuto, respira profundo y agradece a Dios por su creación y todas las bendiciones que te ha dado. Un pequeño descanso con gratitud intencional ayuda a fijar tu perspectiva.
- Compra una cuerda de saltar y salta cien veces cada día o incluso una vez por semana. ¡El ejercicio te hará bien!
- Siéntate en silencio durante cinco minutos y solamente absorbe el momento. Rehúsa levantarte a recoger ese juguete. Observa a tus hijos jugar juntos. Disfruta del sol en la ventana.



Escojamos libertad de las distracciones

¿Qué deseas dentro de diez años? ¿O aun cincuenta? Toma decisiones de llenar tu tiempo hoy en maneras que produzcan la cosecha que deseas en los años venideros.

Nunca puedes tener una relación estrecha con Dios o hallar verdadero contentamiento si primeramente no le sirves a Dios donde te ha llamado

como esposa. Nunca hallarás satisfacción hasta que abandones todas las otras distracciones que has puesto antes de tu llamado en tu hogar. Primeramente, aprende a tener éxito en las áreas que Dios te ha llamado a cumplir.

Podemos hacer muchas cosas a medias o podemos hacer poco, pero hacerlo bien hecho. Sin embargo, hacer algo bien hecho requiere mucho enfoque y prioridades claras. No debemos enfocar en ser la "mejor mamá" o "el ama de casa más impresionante". En vez de preguntarnos cuán importante es un trabajo que parece muy humilde, debemos enfocar en servir a Dios al hacer nuestra tarea sencilla con una actitud que honra a Dios. Entonces, después de servir bien a nuestros esposos e hijos, si hay pequeños espacios de tiempo, podemos llenarlos con servicio santo o pasatiempos creativos.

No permitas que tu hogar sea vulnerable ante el enemigo, ni que él te use como instrumento de destrucción. Cuando llegues al final de tu vida, serán los momentos perdidos con tu familia que más lamentarás. Todo lo demás en la vida que antes parecía tan importante será puesto en su lugar apropiado y verás dónde te equivocaste. Pero entonces será demasiado tarde.

¿Qué tal si reconoces que tu corazón está distraído? Lee y estudia la Palabra de Dios. Cree sus promesas y su camino, y no permitas que la cultura influya tu manera de pensar. El camino de Dios te puede parecer radical, pero él puso su diseño con un propósito. Lee Deuteronomio. Descubre las muchas veces que Dios promete bendiciones para aquellos que obedecen sus mandamientos. Él sigue bendiciendo la obediencia hoy.

Segar las consecuencias de las decisiones que tomé de pintar y establecer una tienda de Etsy no fue agradable, pero por ello aprendí muchas lecciones. Quizás vuelva a abrir una cuenta de Facebook cuando sea una abuela anciana. Tal vez escriba un blog para animar a las mujeres jóvenes en su hogar y con sus familias. Pero como una madre que todavía tiene hijos en casa, recuerdo cómo me atraían las redes sociales, y también conozco el maravilloso sentimiento de no tener que luchar con esa atracción. Estoy libre para crear recuerdos sin la necesidad de publicar fotos y tener que estar revisando las notificaciones.

Reconozco que hay tiempos cuando una ama de casa tiene que ganar dinero, como cuando una mujer queda viuda o si su esposo la ha abandonado y ya no mantiene a su familia. Pero en esta situación les escribo a las esposas

cuyos esposos trabajan para mantener a la familia.

Otra excepción a la madre que permanece en el hogar son las familias donde la esposa a veces le ayuda a su esposo con su trabajo, y los niños trabajan y ayudan a su lado. Los veranos donde en ocasiones le ayudaba a mi esposo con un trabajo de jardinería no tuvo el impacto negativo que tuvo mi tienda de Etsy. Los niños ayudaban a juntar la basura, colocaban los aspersores y a veces solo saltaban sobre el césped recién sembrado cerca de donde trabajábamos. Estaban lo suficiente cerca para hablar con nosotros y hacernos preguntas. Se sentían útiles en lugar de sentirse que eran un estorbo.

Hay gran libertad en no pensar que todo nos toca a nosotras. Dicha libertad te permite tiempo, sin sentir culpa, para sentarte con una taza de café durante el día. Te permite sacar tiempo para contar historias o leer libros, para realmente escuchar a tus hijos cuando te hablan. Te permite tiempo para enseñarles a tus hijos cómo trabajar bien, lo que a la vez alivia tu carga y te da tiempo para ir a caminar, leer libros y hacer otras cosas que disfrutas.

Una de las cosas que más me sorprendieron cuando dejé de apresurarme tanto en la vida fue cuán feliz y contenta llegué a sentirme. Mi vida no llegó a ser mágicamente perfecta, pero coseché muchas bendiciones y pude ser auténtica. No tenía que preocuparme de lo que mis hijos pudieran decir en público, pues hacía lo mejor que podía en casa.

Tienes que comenzar hoy a llevar una vida sin remordimientos. No tengas temor de los cambios. Si buscas a Dios de todo tu corazón, estarás satisfecha en tu hogar. Sirve a Dios "con todo tu corazón y con toda tu alma, a fin de que vivas" (Deuteronomio 30:6).

Nosotras somos lo que hacemos cuando nadie nos mira. Somos formadas momento por momento, año tras año. El valor de aquellos años ocultos cuando nadie parece ver no tiene precio. Es entonces que Dios hace la mayor obra en nuestra vida.

Permite que Dios te forme en los años escondidos. Si tienes una cuenta en las redes sociales, resiste el impulso de compararte con otras o de recibir tu valía personal de las relaciones superficiales. No permitas que las redes sociales llenen el tiempo que debes usar para formar y entrenar aquellas pequeñas almas que fueron encomendadas a tu cuidado. Entonces, cuando seas mayor y hayas aprendido las lecciones de la vida, enseña a las mujeres jóvenes. Ellas

necesitan la sabiduría que viene de la experiencia, sabiduría que viene de las mujeres que han persistido a través de los años y los tiempos difíciles, y que pueden testificar de gozo y paz. Las mujeres cuyos hijos caminan con Dios, que han tomado a pecho su crianza piadosa. Las mujeres que han amado exitosamente a sus esposos durante muchos años de matrimonio. *Mujeres de Dios.*

La maternidad



¿Qué es la maternidad? Es un llamado divino de parte de Dios de invertir nuestra energía y tiempo en formar almas para el reino de Dios. Dios ha encomendado en nuestras manos el cuidado de estos pequeños, para que por medio de nosotras ellos conozcan el amor de Dios, la verdad de Dios y la piedad en la vida diaria. La maternidad es una asociación con Dios.

En términos de lo que es importante en la vida, nuestra sociedad occidental actual pone a la maternidad casi en el nivel más bajo. Criar hijos es un nivel más bajo que sacar una educación universitaria, ser económicamente exitosa y tener tiempo para uno mismo. Para algunas mujeres, los hijos están a un nivel más inferior que los perros, los gatos, la pedicura y el deseo de un cuerpo de diecinueve años a la edad de cincuenta.

Cuando pasas por el supermercado con tus hijos, anuncias públicamente al mundo que estás con Dios en lo que él valora y dice que es de importancia en la vida. Una madre que entrega su vida, sus propios deseos y la necesidad de "hallarse a sí misma" para poder cumplir con su papel que Dios le dio, representa mucho de lo que nuestra cultura aborrece.

Incluso mujeres cristianas han adoptado muchas mentiras culturales respecto de su llamado como madres. Satanás sabe que, si plenamente aceptamos la voluntad y el plan de Dios para nuestra vida, nos "goza[remos] en ser madres de hijos".[39] Él sabe que, si comprendemos nuestra enorme responsabilidad, abandonaremos otros pasatiempos que

[39] Salmo 113:9

nos impiden dedicarnos a criar a nuestros hijos y amar a nuestro esposo.

Aunque quizás somos despreciadas ante los ojos del mundo, somos alguien especial para nuestros hijos. Dios se goza de mirar que las madres cuidan a sus hijos, y es mejor tener la aprobación de Dios que de todo el mundo.

Que nuestra meta como madres sea ser llamadas por un nombre: Bienaventurada. "Se levantan sus hijos y la llaman bienaventurada; y su marido también la alaba" (Proverbios 31:28).

[Bienaventurada la mujer] que teme a Jehová (Salmo 112:1).

No es un camino perfecto

Desde que tengo memoria, deseaba ser madre cuando fuera grande. El día que descubrimos que estaba embarazada de nuestra hija mayor, me sentí eufórica. A pesar de mi constante enfermedad mientras nuestra pequeña bebé crecía dentro de mí, pensaba que la maternidad sería como los cuadros perfectos que se pintan. Me encantaba mirar escenas soñadas de mujeres serenas y frescas sentadas en sus mecedoras con los rayos del sol brillando sobre ellas y sosteniendo en sus brazos un dulce bebé. Me imaginaba que sería la esposa que, al preparar la comida con un delantal puesto y con harina en las mejillas, mira con deleite al niño que tira de sus faldas. Soñaba con el día cuando, al igual que las mujeres que vemos en los dibujos, vestiría de blanco en campos floreados mientras mis niños alegres reían y jugaban.

Hacer los preparativos para el nacimiento de mi primera hija fue emocionante. ¡Esas pequeñas pijamas suaves, calcetines en miniatura y los pañales pequeños de recién nacido eran tan hermosos! Y oh, ¡el olor de la crema y el talco para bebé! Inhalaba su fragancia y soñaba con la bebé que pronto tendría en mis brazos. "¿Qué apariencia tendrá? ¿Tendrá bastante cabello? ¿Serán sus ojos oscuros como los de mi esposo o más claros como los míos?" Anhelaba el día cuando pudiera envolver a nuestra pequeña en una cobija y abrazarla. Pensar en criar a nuestra bebé y saber que esta niña sería completamente dependiente de mí me abrumaba cuando me detenía a pensarlo. Pero mi agradecimiento a Dios por esta pequeña vida nueva que pateaba e hipaba dentro de mí cuando

me acostaba a dormir hacía que toda la enfermedad no fuera nada en comparación con la alegría que me esperaba.

Cuando nació, contemplábamos a nuestra hija pequeña y perfecta y nos maravillaba ante tal milagro. Estaba maravillada de que, aunque había estado tan enferma, Dios había usado mi cuerpo para hacer crecer a esta bebé. Y entonces conocimos el temor como nunca habíamos conocido y le rogamos a Dios por la vida de nuestra hija cuando la partera luchó para que respirara. El tiempo se congeló. Lo que eran solo minutos parecían horas mientras su piel rosadita se tornaba lila y luego azul. ¡Oh, qué bello se escuchó su llanto! Cuando salimos para la casa, sentí que finalmente zarpaba en mi viaje de maternidad perfecta.

Estaba familiarizada con los bebés, pues yo era adolescente cuando nació mi hermana menor. Aparte de una o dos noches cuando tuve que tomar mi turno meciéndola recién nacida por el cólico que tenía, ella era una joya. La adoraba, me encantaba vestirla y mecerla y, cuando era un poco más grande, jugué mucho con ella mientras mis otros hermanos estudiaban.

Disfrutaba de estar con bebés y niños pequeños, al menos la mayor parte del tiempo. Conocía unos cuantos que habría disfrutado más si hubieran sido un poco más educados.

Pero nada me había preparado verdaderamente para el trabajo de ser madre. Cuando nuestra hija mayor tenía apenas unos días de nacida, comenzó a llorar en la noche, hasta las horas de la madrugada, y comprendí con claridad que había una gran diferencia entre cuidar a un niño y ser la madre del niño.

Los consejos que leía en los libros no funcionaban para mí, así que mi esposo me dijo que acostara a nuestra hija en su cuna, bien acobijada, y que no le haría daño llorar un poco. Me acosté en mi cama mirándola, agotada y llorando yo misma por las últimas tres semanas de caminar de aquí para allá con ella en mis brazos. De hecho, dentro de diez minutos se había dormido, despertándose únicamente para comer y luego volverse a dormir cuando la volvía a acostar en su cuna. Ninguno de los dos libros había mencionado esa técnica, así que archivé esta nueva información y me sentí con mucha experiencia. (Nota: No todos los bebés responderán

de la manera que respondió mi hija. Por favor, no dejes que tu bebé llore durante horas; no existe un solo remedio para todos).

Consejo para las madres

Cuando tu bebé haya cumplido varias semanas, comienza una rutina nocturna. Baña al bebé y cántele mientras lo alimentas, siempre terminando con el mismo canto. Acuesta al bebé en una habitación de poca luz y este se acostumbrará a dormirse solo. A veces quizás llore un poco y de vez en cuando tendrás que darle palmaditas en la espalda. Pero si le ayudas a tu bebé a que aprenda a dormirse solo antes de que sea lo suficiente grande para mirar a su alrededor, pararse o bajarse de la cama, te ahorrarás muchas pruebas a la hora de dormir.

Todavía puedes mecer a tu bebé hasta dormirlo a la hora de la siesta si deseas. Él pronto conocerá la diferencia entre una siesta y la hora de dormir en la noche por la diferencia de rutina.

Hay excepciones. A veces tu bebé no deja de llorar aun cuando has intentado acostarlo para que se duerma.



Nuestra hija mayor tenía solamente cuatro meses cuando quedé embarazada de nuestro segundo bebé. Aunque no me costó nada la lactancia, los embarazos me causaban mucho sufrimiento. Durante mi primer embarazo intenté casi todas las sugerencias que me dieron, sin éxito. Nunca comprendí cuando las otras mujeres decían que se sentían mejor durante el embarazo, porque yo permanecía acostada sobre el sofá, vomitando día tras día, rogándole a Dios por un día en que pudiera disfrutar de estar embarazada.

Nuestro hijo nació por cesárea debido a complicaciones durante el parto. Luego sufrí un terrible dolor de cabeza por la inyección epidural, que permaneció durante una semana y media. Nuestro precioso hijo, vestido en pijamas hermosas, rara vez dejaba de llorar. De hecho, gritaba. No sabía cómo un bebé tan pequeño podía gritar tan fuerte. Me pateaba el vientre adolorido cuando lo levantaba al hombro, se movía inquieto cuando lo sostenía en

mis brazos y no había cantidad de crema fragante o talco para bebé que lo consolara.

Cuando nuestro hijo lloraba y lloraba día y noche durante los primeros cuatro meses, aprendí mucho. Aprendí cuán egoísta era y, sin embargo, cuán cansada podía estar y aun así seguir dando. Aprendí cuán solo puede ser este camino de la maternidad y de cómo esos cuadros perfectos demuestran solo uno o dos minutos del cuadro completo de lo que es ser madre. Aprendí nuevas definiciones del agotamiento y los sentimientos de incompetencia.

También aprendí cuánto necesito de la fuerza de Dios. Afortunadamente, nuestra segunda hija, la tercera de la familia, era una bebé tranquila desde el primer día, pero para ese tiempo ya había aprendido que ninguno de nosotros nace conociendo automáticamente cómo navegar las relaciones entre nosotros y nuestros hijos.

Hubo muchos días en que tuve que tomar la decisión de no pensar en mi lista de quehaceres mientras hacía plastilina o leía historias. Mientras cuidaba a mis bebés, tenía poco tiempo para hacer más que apenas lo necesario en la casa durante el día, aunque trataba de tener la casa organizada y limpia cuando mi esposo llegaba del trabajo.

Durante esos días de entrenamiento de cómo usar el baño, besar heridas y constantemente ordenar el cajón de juguetes, las madres mayores me decían: "Atesora los momentos, pues estos son los mejores días".

"Si estos son los mejores días", pensaba sintiendo algo de culpa, "¡no quiero que mis hijos crezcan!" Luchaba con el temor de que quizá estaba haciendo algo mal; me sentía tan cansada, y deseaba ver que las semillas que sembraba en la vida de nuestros hijos comenzaran a dar fruto.

Con el tiempo, sí se hizo más fácil, y ahora que no tengo bebé, comprendo que lo que extrañamos cuando son más grandes son los abrazos de bebé, el olor del talco y la crema, las sonrisas tan lindas y las primeras palabras. Ahora, cuando veo una madre cansada con niños pequeños, me gusta decirle lo que una mujer sabia cuyos hijos estaban grandes me dijo cuando mis hijos estaban pequeños. "Enséñales. Siembra la semilla de la enseñanza bíblica y no te canses de hacer el bien.[40] Realmente se hace más fácil y mejor, en una manera distinta".

---

[40] Gálatas 6:9

Llegará el día cuando todos tus hijos hayan aprendido a usar el baño. Te ayudarán a limpiar la casa y te ayudarán con el trabajo. Podrán realizar juegos de adultos y participar en conversaciones adultas. Aunque tendrás que enfrentar asuntos que no tuviste que enfrentar cuando eran bebés, comenzarás a ver las recompensas de todos tus esfuerzos.

Muerte a uno mismo

Nuestro ser carnal le teme a la muerte, muerte de cualquier tipo, incluyendo la muerte a uno mismo para el beneficio de otro. Este temor de la muerte a uno mismo impulsa a muchas a abortar a su bebé, pues temen que, si permiten el nacimiento de un hijo no esperado, este hijo matará sus sueños, arruinará su futuro, echará a perder su cuerpo y les quitará la libertad. Irónicamente, el temor de la muerte a uno mismo lleva a tales mujeres a los mismos brazos de la muerte, la muerte de bebés inocentes y preciosos.

Ser madre es un desafío. Nos cambia tanto que algunos días nos miramos al espejo y nos preguntamos si realmente conocemos a la mujer que vemos allí. Si permitimos que Dios obre en nuestro corazón momento por momento, día tras día, él nos transformará en mujeres de Dios, mujeres que él puede usar para ayudar a edificar su reino dentro de nuestros mismos hogares.

"De cierto, de cierto os digo, que si el grano de trigo no cae en la tierra y muere, queda solo; pero si muere, lleva mucho fruto. El que ama su vida, la perderá; y el que aborrece su vida en este mundo, para vida eterna la guardará" (Juan 12:24-25).

Cuando pensamos en morir a nosotros mismos y poner a un lado nuestra propia agenda, nuestra carne desea correr en la dirección opuesta. Es posible solamente fingir que entregamos nuestros propios intereses, pero esa fachada permanece únicamente mientras no hay interrupciones de parte de tus hijos en "un mal momento" o mientras no riñen. Los niños pequeños no comprenderán el concepto completo de una vida entregada, pero observarán si el poder de Jesús gobierna tu vida o si sostienes frustraciones e impaciencia, haciéndolos sentir que de alguna manera te impiden cumplir tu "verdadero llamado".

Puedes contarles historias de la Biblia a tus hijos, ayudarles a memorizar capítulos de la Biblia y tratar de enseñarles actitudes y acciones bíblicas,

pero mientras no vean el evangelio representado en tu vida, no lo creerán. Puedes llevar una sonrisa en tu rostro cuando vas al supermercado donde otros te ven. Puedes sonreírle a tu hija cuando estás con un grupo de amigas. Puedes publicar las fotografías más hermosas en las redes sociales y escribir publicaciones elocuentes en Facebook acerca de tu familia. Puedes engañar a todos en línea, y quizás aun engañes a tus amigos. Pero nunca podrás engañar a tus hijos. Ellos saben exactamente dónde están contigo. Saben todo lo que tiene más importancia que ellos y las cosas que sostienes en su contra. Oyen cuando contestas el teléfono con una alegría falsa después de haberles hablado ásperamente.

Tus hijos no esperan que seas perfecta. Pero conocen la diferencia entre una madre que guarda las apariencias para alguien fuera de su familia y una madre que pide perdón cuando no es bondadosa.

No es posible entregar tu vida en tu propia fuerza, pues cuando los pisos sucios, las manos pegajosas y los pleitos triviales entre hermanos te abruman, poner abajo tu vida es lo último que quieres hacer. Solo deseas salir y tener un descanso de todo este desorden o permitir que tus hijos se diviertan con juegos electrónicos para que dejen de interrumpirte.

Ten ánimo, querida madre; Dios ve, y él se preocupa por ti y por los pequeños actos de servicio que llenan tu día. Él comprende que casi no puedes mantener abiertos los ojos a las dos de la madrugada cuando meces a tu bebé quejoso, y él comprende que casi no puedes levantarte en la mañana por la pérdida de sueño. "Porque él conoce nuestra condición; se acuerda de que somos polvo" (Salmo 103:14).

Dios quiere tomar nuestros mejores esfuerzos, aunque sean débiles, y usarlos para realizar milagros en nuestra vida y en las vidas de nuestras familias. Dios quiere llenarnos de su fuerza para que podamos dedicarnos a criar a nuestros hijos para él. Ningún servicio que se hace para Dios, por más pequeño que sea, es malgastado. El promete que "cualquiera que dé a uno de estos pequeñitos un vaso de agua fría solamente… de cierto os digo que no perderá su recompensa" (Mateo 10:42).

Estar demasiado ocupadas es un hecho en nuestra sociedad, y nuestras amistades pueden apresurarse a nuestro lado. Pero una cosa nunca ha cambiado y eso es cuánto necesitan los niños una madre que vive la fe que ella

les enseña, día tras día. Estar decididas a frenar nuestra vida y criar a nuestros hijos en "disciplina y amonestación del Señor"[41] requiere compromiso de todo corazón. Debemos trazar una línea en la arena donde escogemos ser diferentes a la mayoría de los demás en el mundo.

Cuando una vez más has tomado el teléfono por hábito, requiere una decisión intencional dejarlo a un lado y más bien lavar los trastos, barrer el piso o solucionar otra riña. Debes decidir mirar a tu hijo a los ojos cuando te cuenta su pequeña historia, aunque deseas seguir apurada con tu trabajo. Aun si tu vehículo está estacionado afuera, puedes escoger quedarte en casa día tras día, pues es en las rutinas de la vida diaria que la vida de nuestros hijos se moldea y nuestro propio carácter se fortalece.

Pídele a Dios que te ayude a alinear tus metas con las de él. Si no hacemos el esfuerzo de perseguir lo que es importante para Dios, la sociedad estará allí esperando para quitar nuestra mente de su plan, haciendo que nos sintamos estresadas, cansadas y abrumadas. Cuando vienen las tentaciones, clama a Dios y depende de su fuerza.

Si has estado pasando apresuradamente por la vida, tendrás que volver a programar tu mente para hallar contentamiento en criar a tus hijos en el refugio de tu hogar sin estar en el primer plano ni recibir reconocimiento externo. Hay esperanza cuando te sientes en conflicto con este nuevo estilo de vida. Tu mente es entrenada por tus acciones y cuando tu cerebro nota nuevas prácticas, con el tiempo se acostumbrará a hacerlas.

El mundo dice que el ministerio de la maternidad es monótono y un desperdicio de tiempo. Satanás nos tienta con las luces brillantes de negocio, carrera y las últimas modas de vestuario y decoraciones para el hogar. Puedes perseguir esas luces, pero el fin de buscar esas cosas vacías es hogares destrozados, relaciones rotas o forzadas y niños que crecen sin nunca haber tenido una verdadera luz que los guiara. En contraste, las recompensas que vienen de seguir el diseño de Dios no tienen fin. Al hacer la voluntad de Dios, podrás encontrar un canto en tu corazón, aun entre la ropa, los trastos sucios y el cuido de tus hijos.

Cuando tu corazón comienza a titubear y únicamente ves la monotonía,

[41] Efesios 6:4

vuelve tus ojos a Jesús. Cuando volvemos la mirada hacia él, hallamos la fuerza para seguir a través de los días largos y cansados. Él nos dará una visión para el futuro que nos permita levantarnos sobre el presente.

Cada vez más entiendo la importancia de mi papel como madre. Los muchos errores que he cometido en el pasado me ayudan hoy cuando enfrento decisiones respecto de qué es lo más importante y de cómo uso mi tiempo. La meta no es la perfección, pues eso es inalcanzable. Pero puedes permitir que Dios brille a través de tu quebrantamiento y los errores que has cometido. Al observarte, tus hijos aprenderán que aun los adultos no son perfectos, y seguirán tu ejemplo al tratar con las relaciones.

Cuando sientes que no te valoran y la frustración amenaza con abrumarte, reemplaza esos pensamientos con promesas de la Palabra de Dios y lo que él dice de ti como madre. Rehúsa la influencia de la cultura. Aprende a estar contenta en la vida cotidiana de una madre, recordando que eres lo que piensas y que tus pensamientos son lo que alimentas.

Culpabilidad de madre

Cuando mis hijos eran pequeños, no conocía nada de la culpabilidad de madre que describían las blogueras y otras madres. Cuando me sentía culpable, era porque les respondía ásperamente a los niños cuando estaba frustrada con ellos. O me perdía entre el tumulto y ruido que tantas veces estallaba y me preguntaba si hacía algo mal. Entonces, cuando nuestra hija mayor tenía cinco años, mi esposo me regaló un teléfono inteligente en vez del otro más viejo y accidentalmente descubrí la culpabilidad de madre.

Al principio, estaba agradecida de tener internet en la casa en vez de tener que ir a la biblioteca pública y estaba muy emocionada cuando comencé a seguir los blogs de otras madres, "sabiduría de otras que están en las trincheras", pensé. Pero cuando me llegaban las publicaciones de los blogs por correo electrónico, algunas de estas a diario, surgieron preguntas dudosas en mi mente. ¿Cómo tenían esas madres tiempo para escribir esos blogs y publicar todas esas fotos? Escribían de sus cuentas de Facebook, Instagram y Pinterest. Escribían de las tablas de tareas que hacían para sus hijos, de las manualidades de papel y los juegos sensoriales que hacían con sus hijos y de cómo disciplinaban cuando hacían berrinche.

¿Cómo era posible que lo hicieran todo? Yo costuraba mis vestidos y los de mis niñas, cocinaba y horneaba desde cero, elaboraba pan y mucha plastilina y les leía un sin fin de historias a los niños. Sin embargo, sin pensarlo, comencé a compararme con estas madres blogueras, quienes sugerían que un niño bien equilibrado necesita estar inscrito en actividades fuera del hogar a temprana edad. Ellas escribían de videos educativos que ampliaban el conocimiento de sus hijos. Aunque no estaba de acuerdo que nuestros hijos necesitaban todo eso, comencé a sentirme incompetente.

Seguía a algunas de mis amigas blogueras y me preguntaba cómo podían hacer todas esas cosas extras además de escribir blogs elocuentes con fotos hermosamente editadas. Sucedió que un día cuidé la niña de una amiga bloguera. A nuestras niñas les encantaba remojarse los pies en una palangana de agua tibia mientras miraban libros, y ese día querían hacerlo con su amiga visitante.

La hija mayor estaba emocionada. Ella me dijo: "¡Me encantan las pedicuras! Mi mamá me lo hizo una vez, pero ahora cuando se lo pido me dice que está demasiado ocupada". Yo estaba un tanto sorprendida, pues recordé la única vez que su madre le había hecho una pedicura, ya que lo había publicado en Facebook hacía unos tres años. Después de esta declaración inocente de la niña, comencé a ver todos los blogs de esas madres de una manera diferente. Comencé a dudar, ¿realmente usaban todas esas lindas tablas de tareas que mencionaban en sus blogs y que guardaban en Pinterest? ¿O solamente eran una buena idea respecto de la cual emocionarse, publicar fotos en línea, disfrutar los emojis y los comentarios y luego olvidarse de ello cuando se disipaba la novedad e ir en busca de otra cosa?

Poco tiempo después, me sorprendió leer un blog de otra madre que yo seguía, quien publicaba casi cada día. Ella dijo que estaba tan deprimida que pasaba casi todo el día en cama. Su esposo le dijo que él creía que su depresión se alimentaba de su blog. Entonces siguió criticando a su esposo a través del resto de la publicación, contándoles a sus lectores de que, como ella estaba tan deprimida, rara vez limpiaba la casa o le cocinaba a su familia.

Al evaluar los blogs que leí de madres jóvenes, comprendí que estaba tomando algunas decisiones de disciplina basadas en el consejo de estas publicaciones. Si castigaba corporalmente a uno de mis hijos, sentía una culpa extraña porque la madre bloguera tal y tal dijo que el castigo corporal

arruina a los hijos. En lugar de ir a la Palabra de Dios en busca de dirección sobre cómo enseñar o disciplinar a mis hijos, me comparaba con estas otras madres.

No me gustaba la culpabilidad de madre que sentía, que me decía que no era suficiente buena, que no disciplinaba correctamente y que no estaba logrando los días "personales" que recomendaban estas mujeres. Así que anulé la subscripción de todos los blogs de madres que seguía.

Google tiene muchos consejos sobre cómo vivir tu vida, pero cualquiera puede escribir allí y aparentar ser alguien que no es. En lugar de buscar consejos en el Internet sobre cómo criar a tus hijos, ora y pídele a Dios sabiduría en tu papel como madre. Él te mostrará su voluntad, pero prepárate para ir en la dirección contraria a todos los demás. El camino de Dios trae paz, no los sentimientos intranquilos que tenía cuando me comparaba con todos esos blogs de madres.

Busca consejos de familias cuyos hijos viven las mismas metas que tú y tu esposo tienen para tu familia. Cultiva amistades verdaderas con otras madres cristianas y pasa tiempo con mujeres mayores que te pueden influir en el camino de Dios para la familia.

"Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada. Pero pida con fe, no dudando nada; porque el que duda es semejante a la onda del mar, que es arrastrada por el viento y echada de una parte a otra" (Santiago 1:5-6).

Incluso después de haber anulado mi subscripción a esos blogs de madres, a veces aún persistía ese sentimiento extraño de culpabilidad. ¿Por qué luchaba con ese sentimiento después de que mis hijos eran mayores? Finalmente comprendí que mi culpa estaba ligada directamente a mi teléfono. Cuando pasaba demasiado tiempo leyendo correos y tales cosas, no tenía tanto tiempo para escuchar a mis hijos cuando me hablaban y tampoco había tiempo extra para hacer pequeños proyectos divertidos con ellos. Todavía hacía fiestas de té con mis hijos y les leía historias, pero mi teléfono ejercía una atracción extraña sobre mí. Aun cuando no tenía absolutamente nada de tiempo extra durante los años de mi negocio de pintar letreros, dedicaba tiempo para navegar en Pinterest y Etsy y las cuentas de mi negocio en Facebook e Instagram.

No fue hasta que comprendí dónde estaba mal con mi teléfono y tomé pasos intencionales para asegurarme de que mi familia y hogar tuvieran predominio sobre el tiempo que pasaba con este que dejé de sentir esa culpabilidad.

Disciplina

En el año 1846, Charles Bridges escribió: "Es mucho mejor que los niños lloren bajo la corrección saludable, que después los padres lloren bajo el fruto amargo que cosecharon ellos mismos y sus hijos como resultado de la disciplina descuidada".

"Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él" (Proverbios 22:6).

Mi esposo era mucho más constante en disciplinar a nuestros hijos que yo. Me resultaba fácil dejar pasar las cosas después de haber tratado un asunto día tras día. Yo admiraba a una mujer mayor cuyos hijos eran bondadosos y amaban a sus padres. Cuando le pedí su consejo en un asunto en cuanto a la crianza de los hijos, ella me prestó unos libros que tomaban promesas de la Biblia y mostraban cómo el camino de Dios quita la culpa y hace posible tener hijos felices y obedientes. También me recordaron que el secreto está en ser constante. Descubrí que entre más constante era en mi enseñanza, con menos frecuencia tenía que castigar, aun a mis hijos más pequeños.

La Biblia dice: "Corrige a tu hijo, y te dará descanso, y dará alegría a tu alma" (Proverbios 29:17).

Si un niño tiene suficiente edad para subirse a la mesa, tiene suficiente edad para aprender a no subirse cuando se lo indicas. Si le dices nueve veces que no se suba y, sin embargo, la décima vez te das por vencida y se lo permites, seguirá subiéndose para ver si le permites sentarse allí. Entonces, el asunto no es querer sentarse en la mesa, sino ver si puede ir en contra de la palabra de mamá sin sufrir las consecuencias. Los niños pequeños son muy inteligentes. Si no eres constante en la disciplina y permites que estas semillas empiecen a crecer, luego florecerán en seria desobediencia cuando tu hijo sea mucho mayor.

"El que detiene el castigo, a su hijo aborrece; mas el que lo ama, desde

temprano lo corrige" (Proverbios 13:24). Todas aquellas personas que dicen que aman demasiado a sus hijos como para castigarlos realmente van en contra de lo que manda la Biblia. A veces estaba ocupada cuando uno de mis niños pequeños hacía algo indebido. Si los mandaba a esperar en su dormitorio o en el sofá hasta que yo llegara, descubrí que se les olvidaba por qué estaban allí. Trata con el incidente pronto cuando todavía está fresco en su mente. Al final, eso vale más que terminar primero lo que estabas haciendo.

"La necedad está ligada en el corazón del muchacho; mas la vara de la corrección la alejará de él" (Proverbios 22:15).

No necesitas pasar tanto tiempo con un niño para ver la necedad que hay en su corazón. Nuestros hijos recibieron suficiente disciplina cuando eran pequeños que ahora es suficiente un sencillo recordatorio de que actuar de manera ridícula lleva a portarse mal y decir cosas indebidas, y ellos rápidamente cambian su conversación.

Disciplinar y entrenar a tu hijo quita tiempo de otras cosas que pudieras hacer. Implica hablar con ellos, ayudándoles a ver dónde cometieron el error y qué hubieran podido hacer diferente, administrar un castigo si es apropiado y ayudarles, si es necesario, a pedirle disculpas a la persona herida.

Un castigo de cinco o seis fajazos tiene la maravillosa habilidad de limpiar un alma pequeña de la culpa y transformarla en un niño amoroso y feliz. Aquellas veces cuando razonaba que estaba ocupada y los niños no se habían portado lo suficiente mal para merecer una paliza, solamente traía más problemas. Ellos sabían en su corazón que habían hecho mal o que no habían obedecido prontamente y, en su sentir de culpa, seguían molestando, quitándose los juguetes y diciendo cosas indebidas. Dios sabía que un castigo corporal ayudaría a resolver el problema y limpiar la culpa.

Permite que tu esposo discipline de esta manera y no consientas a tu hijo después. Acepta su ayuda, aunque quizás no haga las cosas como las harías tú. Esfuércense juntos por estar unidos, llegando a un acuerdo donde sea necesario. Agradece que él se esfuerce por ayudarte. No contradigas abiertamente a tu esposo en frente de tus hijos. ¿Cuántos matrimonios se han destrozado o roto porque uno de ellos rehúsa mirar las cosas desde el punto de vista del otro?

Aunque la disciplina apropiada es importante, ten cuidado de no pasar

un legado de culpa y crítica a tus hijos. Ellos anhelan una madre contenta y animada. Como Jesús le extendió gracia a Pedro cuando perdió su fe y se hundió al caminar sobre el agua, debes extender gracia a tus hijos imperfectos. Sin descuidar la disciplina necesaria, acepta el hecho de que ellos también tienen limitaciones. Cuando los criticas en lugar de darles amor y gracia incondicional, su corazón comenzará a cerrarse a tu instrucción y dirección.

Cuando tu hijo ha hecho mal, negar tu amor y favor no produce un ambiente donde prospere y crezca al potencial que Dios ha planeado para él. Aun cuando son muy pequeños, los niños deben estar seguros de que son amados y valorados por quienes son, tal como Dios los creó. Disciplina cuando es necesario y luego sigue adelante con una relación restaurada.

Enseñemos y entrenemos en la vida cotidiana

Charles Spurgeon escribió: "Entrena al niño en su camino. Sin embargo, asegúrate de que tú vayas por el mismo camino".

Los niños nos imitan. Siguen nuestras acciones más que nuestras palabras y claramente pueden ver lo que es más importante para nosotros. Hallan seguridad en observar que su madre ama a su padre y busca agradarlo. Esta seguridad ayuda a preparar el terreno de sus corazones para que podamos sembrar las semillas de la verdad de Dios.

Todas nosotras como madres tenemos el deseo de ser alguien y hacer algo que valga la pena. Todas estamos buscando y aprendiendo cómo cumplir el papel que Dios ha diseñado para nosotras. Tu ministerio, querida madre, es la enseñanza y el entrenamiento de los niños preciosos encomendados a tu cuidado. Si no les enseñas, el resto del mundo estará esperando para influenciarlos en cada área de la vida. Busca la afirmación de Dios en tu vida. Aunque tu esposo te puede animar, a veces te decepcionará o no te afirmará de la manera que hubieras querido. Soltarlo de la carga de ser la voz de tu autoestima hará maravillas en tu relación y en el ambiente de tu hogar.

Ser una buena madre no significa que pasarás la mayor parte del día haciendo proyectos de Pinterest o manualidades de papel con tus hijos. No significa pasar la mayor parte del tiempo jugando con ellos y descuidando el cuido de tu casa. Una buena madre les enseña a sus hijos la verdad de Dios y las lecciones que necesitarán en la vida. Ella los equipa para el día en

que salgan al mundo cruel, al aprovechar las lecciones de la vida diaria para enseñarles las respuestas bíblicas apropiadas.

Asegúrate de colocar a tu esposo antes que a tus hijos. Durante los años difíciles cuando nuestros hijos son bebés, quizás inconscientemente permitimos que nuestro esposo se cuide solo o creemos que es suficiente grande para no necesitar de mucha atención. Pero nunca hay un tiempo para dejar en segundo plano a un matrimonio feliz que honra a Dios. Llegará el día en que tus hijos salgan del hogar. Lo que has cuidado con tu esposo a través de los años es lo que determina la relación que tendrás con él en su vejez. Eran una pareja antes de tener hijos. Continúa demostrándoles a tu esposo y a tus hijos que lo honras y valoras al hacer cosas pequeñas como servirle el postre a él antes de servirles a los niños, al no permitir que interrumpan sus conversaciones y encontrarlo en la puerta en las noches.

Busca hallar contentamiento en tu hogar. Recuerda que cuando luchas en el área de contentamiento, Satanás intenta impedir que halles verdad y satisfacción en tu vida. Ama a tu esposo más que solamente en palabra. Tus hijos observan. Si tratas a su padre de manera bondadosa cuando él está molesto o ha hecho algo sin pensar, tus hijos aprenderán de tu ejemplo cómo tratar a sus hermanos y otras personas que les han hecho daño. Al poner los deseos de tu esposo antes que los tuyos, les das ejemplo para que aprendan el gozo del sacrificio y de poner a otros en primer lugar.

Cuando preparas la comida o el postre preferido de tu esposo, permite que tus hijos te ayuden. A ellos les encanta tener parte en la emoción de hacer algo bondadoso y hacer feliz a otro. Les brillarán los ojos al observarte servirle esa comida preferida a papá. Ellos absorberán su agradecimiento y la sonrisa especial o beso que te dé.

Deja que los niños te ayuden a limpiar la casa para que esté ordenada cuando papá regrese del trabajo. Ellos observarán que te miras en el espejo y te arreglas el cabello, y notarán si te cambias el vestido o te aplicas crema o perfume. Claramente notarán si la sonrisa en tu rostro es genuina o falsa cuando lo recibas en la puerta. Enséñales a jugar calladamente en las noches para que papá descanse.

Tus hijos sabrán si lees la Biblia. Y si están despiertos cuando sacas tu tiempo personal con Dios, enséñales a jugar calladamente a tu lado, o dales

plastilina o algo con qué se entretengan. Léeles unos cuantos versículos a ellos también.

Ellos son como esponjas, que absorben todo, y cuando pones primero a Dios y a tu esposo, se establece el fundamento para edificar relaciones con tus hijos. Nuestros hijos saben cuándo estoy enojada con mi esposo y cuándo estoy molesta con las decisiones que toma. Trato de esconderlo, sin embargo, poco puedo esconder de mis propios hijos. Veo que me observan, y sus actitudes son pequeños espejos de las mías. Si no obedezco felizmente ni me someto a mi esposo, mis hijos lucharán con obedecer y someterse a mí.

Entrenar para la maternidad comienza cuando nuestras hijas son tan pequeñas que nunca recuerdan cuando primero comenzaron a ayudar. Enséñales a tus hijas cómo cocinar y hornear, lavar los trastos y cuidar un jardín, preservar alimentos y costurar. Cuida las semillas que has sembrado en el corazón de tus hijas en el terreno seguro de tu hogar. Aprende a vivir la voluntad de Dios para la mujer, pues nunca podrás transmitir a la siguiente generación algo que tú misma no has aprendido.

Cuando tus hijas son pequeñas, debes estar tan ocupada sembrando las semillas de Dios en sus corazones que no tendrás tiempo para leerles las historias contraproducentes que describen relaciones mundanas y problemas de mujeres adultas envueltas en glamur que les encantan a las niñas. Cada detalle que les alimentas hace una impresión duradera.

Nuestros hijos necesitan que les contemos la verdad de historias sólidas y buenas de la Biblia. Los escritores contemporáneos están convirtiendo a Moisés, David, Goliat y otras personas de la Biblia en personajes animados, y la manera en que cuentan las historias cautivan sus mentes pequeñas. Con todo, nuestros hijos algún día crecerán y ya no pensarán que esos personajes son tan lindos. ¿Cómo aprenderán a conocer al Dios majestuoso y poderoso que los puede ayudar a mover montes y librar batallas, si desde que tienen memoria asocian a Dios con aquellos personajes ridículos en los libros y las películas?

Tus hijos deben ver que el poder de Dios es una realidad en la vida de su madre para que tengan un ejemplo a seguir cuando crezcan. En su mente pequeña, sus historias y problemas son *grandes*. Si no los escuchas ni les permites que compartan lo que hay en su corazón sin críticas o distracciones,

será difícil que te tengan confianza cuando sean mayores.

Respondamos sus preguntas

¿A quién se enseñará ciencia, o a quién se hará entender doctrina? ¿A los destetados? ¿A los arrancados de los pechos? Porque mandamiento tras mandamiento, mandato sobre mandato, renglón tras renglón, línea sobre línea, un poquito allí, otro poquito allá (Isaías 28:9-10).

A la vez, ¿cómo podemos hablar de asuntos delicados con nuestros hijos sin sentir vergüenza nosotros mismos? ¿Cómo contestamos sus preguntas?

Cuando nuestros hijos eran solamente bebés, mi esposo propuso que cuando nos hicieran preguntas, no les diríamos que se esperaran hasta ser mayores. Si tienen suficiente edad para hacer la pregunta, dijo, tienen suficiente edad para conocer la respuesta, la respuesta a su pregunta, pero no más detalles.

Los niños pequeños no necesitan saber todos los detalles de cómo se hacen los bebés ni cómo nacen, pero tendrán preguntas, preguntas que necesitan respuestas sencillas.

—Mamá, ¿por qué tiene grande la barriga?

—Porque Dios está haciendo un hermanito o una hermanita para ti en mi barriga.

—¿Cómo crece allí?

—Dios hace que los bebés crezcan en la barriga de su mamá.

Ellos no buscan respuestas detalladas más allá de su nivel de comprensión. Aun así, responder a sus preguntas sencillas establece el fundamento para que vengan a ti con otras preguntas cuando maduren y deseen saber más.

Mi esposo y yo queríamos ser los primeros en contarles a nuestros hijos de los detalles de la reproducción. Inevitablemente, otros jóvenes a veces les darán ideas distorsionadas del asunto, sin embargo, si nosotros les hemos contado la verdad primero, ellos dudarán de las mentiras y se sentirán libres para preguntarnos de lo que escucharon.

Al parecer, rompes la inocencia de los niños al contarles de la pornografía y los depredadores. Sin embargo, hay una diferencia entre ser inocente y ser ingenuo. Si no les adviertes a tus hijos de estas maldades, su inocencia

puede ser destrozada antes de que puedan abrirse a ti o se sientan cómodos para hacerlo.

Nuestros hijos nunca recordarán la primera vez, ni aun la vigésima, que se les enseñó que su cuerpo es propio y lo que deben hacer si alguien intenta tocarlos en mala manera. La cifra de niños abusados está en aumento y no podemos esperar para preparar a nuestros hijos hasta que sea demasiado tarde.

Después de leer que niños tan pequeños de cuatro o cinco años han sido introducidos a la pornografía y saber que es solo cosa de tiempo hasta que cada niño sea expuesto a ello, yo sabía que debía decirle algo a nuestro hijo de entonces cuatro años. Un día, cuando solamente él y yo realizábamos un proyecto, le conté que hay personas muy malas que les pagan a las mujeres para que se tomen fotos desnudas.

Horrorizado, me preguntó por qué le contaba eso. Le dije que algún día él encontraría tales fotos o alguien se las enseñaría. Le conté que esas fotos son muy malas y, si en algún momento él ve algo así, debe venir lo más pronto a contarle a papá o a mamá. "Está bien", fue su respuesta, y volvimos a trabajar y reír. Sin embargo, en ese medio minuto se sembró la semilla.

Eso sucedió cuando él era pequeño, sin embargo, las líneas de comunicación en cuanto al asunto se abrieron ese día, y se mantienen a lo largo de los años. Nuestro hijo ha aprendido a respetar a las mujeres incluso cuando ellas mismas no se dan a respetar con su modo de vestir. Le enseñamos que, aunque no puede evitar fijarse, puede hacer que sus ojos reboten, así como rebota una pelota y no regresa, no vuelve para una segunda y tercera mirada.

Él enfrenta tentación, sin embargo, aun como niño pequeño, ha apartado la vista en los negocios cuando pasa junto a los cuadros de mujeres mal vestidas. Incluso ha habido ocasiones donde se ha apartado o ha cerrado una revista de decoración de hogar que tenía anuncios de ropa inmodesta. Fui tentada a decirle: "No te preocupes, no es gran cosa". Pero no quise reprimir su conciencia, pues ha aprendido desde que tiene memoria que, aunque es tentado a mirarlo, a hacerlo una y otra vez, no lo debe hacer.

Para las niñas, cuando son bebés y muy pequeñas se ven tan lindas con vestidos cortos, faldas cortas o licras; pero ¿a qué edad dejarás de hacerlo? Un día de pronto notarás que tu pequeña niña ha crecido y mucho más de

sus piernas está descubierto, y es posible que a ella no le guste el cambio repentino de ropa "linda" a ropa modesta.

Enséñales a tus hijas que son bellas sin los peinados modernos o la ropa de moda. Enséñales que, aunque todas las demás usan ciertos estilos, no significa que Dios quiere que ellas los usen. Muéstrales los principios de modestia y discreción en la Biblia. Cuando ella te pregunte de la modestia o quiera vestir ropa que revela su cuerpo, enséñale a tu hija, cuando tenga la edad apropiada, que la modestia le ayuda a no compartir su cuerpo con otros hombres y más bien guardarse para su esposo.

La modestia no significa que una mujer debe vestir ropa desaliñada y poco atractiva. Enséñales a las muchachas a comprar ropa y tela atractiva, pero que a la vez no resalte sus cuerpos en maneras que tentarán a los hombres a volver a mirar. (Enséñales también a tus hijos de la modestia). La ropa inmodesta llama la atención a nuestro cuerpo y a nuestra apariencia linda y acentuada, pero la modestia busca llamar la atención de otros a Cristo en lugar de a nosotras mismas.

Cuando tus hijos ya no sean bebés y ni muy pequeños y deseen tomar siestas en el mismo dormitorio, enséñales que un muchacho y una muchacha no duermen juntos, a no ser que estén casados. Cuando surja el tema de un niño nacido fuera del matrimonio, enséñales de la Biblia que es pecado hacer cosas de adultos antes de estar casados. Ellos no tendrán idea de lo que son las cosas de adultos, pero cuando tengan edad suficiente para entender, el fundamento estará establecido en sus mentes jóvenes que el sexo antes del matrimonio es pecado.

Si tienen animales, permite que tus hijos observen un nacimiento contigo cuando estén pequeños. Quizás se sientan horrorizados, pero será antes de que sean suficiente grandes para creer que es una diversión mala hablar de ese tipo de cosa con otros niños.

Nuestra hija mayor tenía unos seis años cuando los niños y yo nos sentamos al lado afuera del corral a observar, entre los tablones, el nacimiento de un ternero. De manera casual, le mencioné a mis hijos, que ya sabían que los bebés crecen en la barriga de mamá, que esto también era la manera en que nacen los bebés. La mirada de horror en el rostro de nuestra hija fue cómica, pero con todo, fue una oportunidad de decirles que a algunos

niños les gusta hablar de estas cosas con otros niños, pero que, si tenían preguntas, debían hacérselas a papá o a mamá. De hecho, venían a hablar con nosotros cuando tenían preguntas o se informaban por las ideas distorsionadas de otros niños.

Cuando tus hijos son demasiado pequeños para recordar cuando empezaste, enséñales que es malo explorar con otros niños su curiosidad respecto del cuerpo de otro, sea del mismo sexo o del sexo opuesto. Si descubres que tu hijo ha participado en un acto de curiosidad sexual, administra un castigo apropiado. Sin embargo, si nunca has hablado de estas cosas con tus hijos y no estás segura si sabían que hacían mal, no es justo que los castigues cuando han hecho mal. Estos actos pueden comenzar en inocencia, sin embargo, después de que el niño es instruido y corregido, es apropiado dar consecuencias por mala conducta.

Asegúrate de tener una relación con cada uno de tus hijos y una línea de comunicación abierta con ellos para que sientan la libertad de hablar contigo cuando tengan curiosidad o estén confundidos por actos malos. La pureza sexual es una de las áreas donde debes aplicar el principio de "un poquito allí, otro poquito allá".

Hay libros para niños basados en la Biblia disponibles de publicadoras cristianas que ayudan a los padres a hablar de estos temas con sus hijos. Algunos son escritos de maneras tan sencillas que se les pueden leer hasta a los bebés. Al leérselos a tus hijos, explica lo que significa, según la edad del niño. Y, por supuesto, cuando sientes que están preparados para comprender el plan de Dios para la reproducción y sus restricciones para nuestros cuerpos, puedes enseñarles en la Biblia lo que Dios enumera como pecados sexuales específicos. El capítulo 18 de Levítico es un ejemplo de enseñanza clara de lo que Dios espera. Los niños necesitan detalles, interpretados discretamente por sus padres.

Agotamiento

Estoy casi segura de que cada madre en algún momento u otro se ha sentido completamente agotada. El agotamiento muchas veces es resultado de tratar de hacer demasiadas cosas, sentirnos que el mundo depende de nosotras y pensar que tenemos que hacerlo todo. Vivimos en una sociedad de ritmo rápido donde

se pasa apresuradamente de una cosa a otra, de negocio en negocio, de la casa de una amiga a la otra y quizás incluso asistir a un estudio bíblico. Cuando finalmente estamos en la casa, hallamos que corremos de un lado al otro haciendo nuestro trabajo y revisando nuestro teléfono, mientras que nuestros hijos son llevados por la corriente, ya que esperamos que ellos se acomoden a nuestra agenda. Muchas veces nos sentimos demasiado ocupadas para sacar el rato de enseñarles correctamente y usar sus berrinches y desobediencias para entrenar sus pequeñas almas.

Si esta vida apresurada nos cansa a nosotras como adultas, ¿qué efecto tiene sobre nuestros hijos? Es más difícil pausar y evaluar honradamente nuestra vida y dónde nos hemos equivocado, que compararnos con otras que están aún más apresuradas que nosotras y sentirnos bien que estamos mejores que ellas.

Descubrí que, en los días más difíciles, cuando me sentía abrumada por los niños necesitados y llorones, los pleitos y los desórdenes, los trastos sucios y un niño que no aprende a usar el baño, me ayudaba sacar unos minutos para leer varios versículos de la Biblia. Esto ayudaba a restablecer mi perspectiva, y la Palabra de Dios me daba la fuerza para seguir adelante a través de la dificultad en vez de buscar un escape.

Un pequeño descanso con la Biblia me ayudaba a recordar que debía hacer a un lado mi propio mal humor, mis irritaciones insignificantes, mi deseo de tener niños bien portados y mis quejas respecto de la vida. En lugar de desear escaparme del caos, fui inspirada a reunir a mis hijos necesitados y quejosos y permitir que me ayudaran a preparar una bebida y un refrigerio, juntar los juguetes con la promesa de leerles una historia más tarde o salir conmigo a caminar. Necesitaba hacer algo que les diera tiempo con mamá, en vez de constantemente tratar de apresurarme a hacer mi trabajo sin tomarlos en cuenta. Sorprendentemente, un descanso intencional de mi agenda ayuda a los niños a restablecerse también, y volvemos a descubrir la diversión, el gozo y las sonrisas.

Cuando siento que me quiebro bajo toda la presión, recuerdo el ejemplo de Jesús en Marcos 10:13-16 cuando bendijo a los niños. La Biblia habla tan claramente del valor de los niños. Jesús se deleitaba en ellos y nos manda a amarlos y "criarlos en disciplina y amonestación del Señor" (Efesios 6:4).

Cuando sientes que enfrentas agotamiento, prepara una taza de café o té y

pasa tiempo calladamente evaluando tu vida. El cansancio viene cuando intentamos hacer demasiadas cosas. Ordena tus prioridades según las de Dios y ve si quizás estás colocando demasiada importancia en las cosas que realmente no valen la pena. Quizá el consejo de Dios es: "Espera. Esto no es para ti en esta época de tu vida".

Para poder hallar descanso y equilibrio en medio del ruido y el caos, toma tiempo para la belleza y el orden en tu vida. Acepta tus limitaciones. No te enojes con tu bebé cuando llora. Tus bebés y tus adolescentes no te quieren robar la felicidad. Si deseas ser más feliz, acepta tus imperfecciones. Tus hijos tampoco serán perfectos, ni tu esposo. Sométete a Dios cuando quita tus imperfecciones. Ninguno que procura vivir una vida santa en este mundo perdido tiene una vida fácil.

Si lo que te abruma es tu trabajo, busca que tus hijos te ayuden más. Es sorprendente cuánto el delegarles trabajos a tus hijos te permite tiempo para ti misma. Muchas veces subestimamos lo que ellos pueden hacer. Cada poquito que hacen, ayuda a aliviar la carga de tu trabajo. Quizá debes volver a evaluar tu horario para ser más eficiente. Pasar tiempo en nuestro teléfono en las mañanas echa a perder tiempo precioso que de otra manera hubiéramos podido usar para cumplir con las tareas del día, ya que la mayoría de nosotras nos sentimos más frescas y con más energía en las mañanas.

Si te sientes ansiosa o incómoda con los momentos ahora vacíos que antes llenabas con correr de aquí para allá, hazte una bebida caliente y suspira una oración de agradecimiento mientras sostienes la taza en tus manos. Ve a caminar con tus hijos y toma ventaja de los momentos en que puedes enseñarles. Lee un libro con valores y principios bíblicos que te animen en tu papel de madre y esposa piadosa. Haz unas galletas con la ayuda de un hijo y canta con ellos o cuéntales una historia mientras trabajas.

¿Tomas tiempo para cuidarte? Nosotras como madres siempre estamos invirtiendo en nuestra familia, pero también debemos tener cuidado de alimentar nuestra propia alma e intencionalmente sacar tiempo para hacer lo que trae descanso y gozo a nuestro corazón. Cuida tus propias necesidades para que no estés demasiado cansada para estar alegre en las noches cuando la familia esté reunida. Si te sientes cansada en la tarde, toma una siesta en lugar de limpiar el piso o pasar tiempo en línea. Prepara una taza de té mientras los

niños duerman y disfruta del silencio. Cámbiate de ropa y péinate antes de que tu esposo regrese del trabajo.

Tu trabajo es muy importante y eterno. No te rindas cuando te sientas abrumada o estresada, pero sí toma un descanso. Es correcto reconocer que necesitamos descansar en medio de nuestras responsabilidades. Asegúrate de dejar tiempo durante tu día para sentarte a absorber el calor del sol y la brisa fresca y observar las nubes o el amanecer. Un sentimiento de calma resulta de tomar tiempo para disfrutar de la naturaleza o aun unos minutos de silencio. Nos ayuda a restablecer nuestro concepto de la vida a la perspectiva correcta.

Haz una lista de diez cosas que disfrutas. Luego haz una lista de diez cosas que te hacen sentir mejor cuando las logras. Trata de lograr dos o tres de estas cosas cada semana. Veamos unas sugerencias para comenzar.

- Dúchate y lee un libro interesante mientras tus hijos toman su siesta.
- Tiende la ropa afuera y disfruta de la brisa y el sol en tu rostro.
- Aprende algo nuevo, como hacer cestas, pintar con acuarelas, hacer jabón o velas aromáticas.
- Reposa tus pies en agua caliente a la que has agregado bicarbonato de sodio, sulfato de magnesio y aceite perfumado.
- Sal a caminar.
- Costura, pinta, diseña.
- Da una vuelta por la casa, ordenando aquí y reacomodando allá.
- Invita a una amiga a un café; usa aquel mantel bonito y los platos especiales.

Las cosas que nos traen el mayor placer y contentamiento normalmente están en nuestro propio hogar. Muchas veces son gratuitas o cuestan muy poco, pero estos momentos de descanso intencional renuevan tu energía para las tareas a mano.



La realidad es que ninguna de nosotras tiene todas las respuestas. Pero Dios no quiere que vivamos en un estado de cansancio y con un constante

sentir de incompetencia. Él nos da su poder para experimentar un pacífico y tranquilo estado de corazón, aun en medio de las demandas de la maternidad. Este es su llamado: "No nos cansemos, pues, de hacer bien; porque a su tiempo segaremos, si no desmayamos" (Gálatas 6:9). Con su fuerza, podemos tener un corazón lleno de gozo y gratitud todos los días.

Actividades para niños

Siempre estoy a la mira de proyectos sencillos y gratuitos o de muy poco costo para nuestros niños pequeños, proyectos que captan su atención más que sus juguetes. En seguida presento unas pocas de esas ideas.

- Plastilina, arcilla, pinturas, acuarelas.
- Pintar con agua, permite que tu hijo use agua y un pincel para "pintar" sobre un pizarrón.
- Compra una lata de espuma para afeitar y llena recipientes pequeños con ella. Usando colorante de alimento, haz que cada uno sea un color diferente. Deja que los niños pinten las paredes de la ducha. Luego lava las paredes cuando tú misma te duches.
- Haz burbujas.
- Ten una cesta pequeña donde puedas exhibir las piedras bonitas que los niños te traen como regalo. Asegúrate de que sepan que el tamaño de la cesta es el límite para la cantidad de piedras que guardarás dentro de la casa. Sigue tirando las piedras de abajo para que puedan traer más y al mismo tiempo todavía ver las piedras bonitas que trajeron más recientemente.
- Compra bandejas para pinturas diseñadas para niños y pinceles baratos. Manda a cada niño a recoger diez piedras. Coloca las piedras sobre papel periódico o plástico y deja que las pinten. Permite que disfruten de sus piedras bonitas durante el resto del día, pero pídeles que las vuelvan a tirar afuera antes de que se vayan a dormir.
- Usa una liga para unir dos tubos de papel higiénico gastados para hacer binoculares.

- Coloca una colcha sobre la mesa para hacer una tienda. Recuérdales a los niños que lo que saquen, lo tendrán que guardar cuando sea hora de guardar la tienda.
- En un día caluroso, estira un plástico en una loma, sujetando las esquinas con piedras. Pon una manguera de agua en la cima, dale a cada uno un poco de jabón y permite que se deslicen mientras jueguen.
- Coloca un poco de arroz en una bandeja y permite que tu hijo conduzca sus camiones y tractores en esta.
- Llena recipientes pequeños de vinagre y échales colorante. Coloca una capa pequeña de bicarbonato de sodio en una bandeja. Dale a tu hijo un cuentagotas, y permite que él descubra los deleites de efervescencia en colores.
- Dale una bolsita a cada niño (que tiene edad suficiente) con aproximadamente una taza de harina en cada bolsa. Permite que jueguen con la harina en la mesa o mueble de la cocina. Déjalos que usen ollas, cucharas, coladores y bandejas, con la condición de que la harina no caiga al piso y que laven cada utensilio que saquen. Cuando terminen de jugar, que echen la harina en las bolsitas para que la usen en la siguiente ocasión que quieran jugar con harina. (Es de sorprenderse a cuán temprana edad un niño puede aprender a jugar con harina sin hacer un gran desorden).
- Pon un libro en audio mientras los niños juegan con plastilina o Legos.
- Dale a cada niño un hilo de pescar y deja que le pongan macarrones. Pronto aprenderán que solamente pueden pasar el hilo por un extremo de los macarrones. Es una excelente actividad para coordinar los ojos y las manos.
- Si tienen trampolín, pon la misma cantidad de zapatos como de niños y permite que salten, imaginando que los zapatos son veneno.
- Coloca una piedra dentro de un cubo de cinco galones para estabilizarlo y deja que los niños se turnen tirando una pelota de futbol dentro del cubo.
- Traza la mano del niño en un papel. Usa los dedos como patas y dibuja animales: jirafas, pavos, gallinas y elefantes.



Cuidemos el hogar



"Considera los caminos de su casa, y no come el pan de balde" (Proverbios 31:27).

Hay días cuando lo único que deseo hacer es sentarme en el sofá o quizá ni levantarme de la cama. Sé lo que me espera, pisos que barrer, solo para que los vuelvan a ensuciar, comidas que preparar y trastos que lavar, los mismos que he estado lavando vez tras vez durante años.

Con todo, si mi esposo pasara a mi lado y me entregara $200 para irme de compras, estaría de pie de un salto; me sentiría emocionada al ponerme mi vestido favorito y alistarme para salir. Mi energía feliz permanecería todo el día, hasta el atardecer cuando cayera sobre el sofá con el mismo refrán: "¡Estoy tan cansada que no puedo hacer nada!"

Si esta es mi perspectiva, claramente algo tiene que cambiar. Si estoy demasiado cansada para mantener mi casa, hacer el amor con mi esposo, preparar comida o lavar la ropa, entonces debo estar demasiado cansada para aprovechar la oportunidad de ir de compras o salir a tomar café en la noche con una amiga.

Cuidar el hogar es más que solamente barrer pisos, lavar caras pegajosas y planchar. De la manera en que un hombre puede decir que es abogado e intentar trabajar en la corte, una mujer puede permanecer todo el día en la casa y decir que es ama de casa. Sin embargo, solamente aquellas que cultivan las habilidades de cuidar de una casa son verdaderas amas de casa.

Hacer un hogar es una profesión que se debe aprender. Hace muchos años, se requería que las jovencitas que cursaban la secundaria pública tomaran clases sobre las labores domésticas. Se les enseñaba a hacer pan, limpiar, costurar, decorar con un límite de dinero, gastar el dinero de un solo ingreso y muchas

otras cosas importantes. Estas jóvenes aprendían a hacer hogares hermosos con trabajo arduo y creatividad en lugar de ir de compras para estar al día con las modas de decoración del hogar que siempre cambian. Se les enseñaba cómo hacer que sus hogares fueran lugares alegres y acogedores para sus futuros esposos e hijos.

Ser una verdadera ama de casa comienza con nuestras actitudes. En vez de quejarnos a toda voz (o calladamente) de cómo realmente necesitamos muebles nuevos, más decoraciones para la casa y electrodomésticos nuevos, debemos aprender el contentamiento con lo que tenemos, sea que estén rotos o no. Cuando estamos contentas en la casa en que vivimos, podemos crear un refugio cómodo para nuestra familia en lugar de esforzarnos para hacer de nuestra casa una exhibición.

Desarrollemos el hábito del orden

En nuestro noviazgo, observé el orden total en el apartamento de mi novio y lo comparé con mi propio hábito de mantener mi dormitorio en orden durante una semana y luego dejarlo un desastre durante las siguientes dos semanas o hasta que sabía que alguien venía de visita. El apartamento de él estaba muy limpio y ordenado, sin trastos sucios en el fregadero. Los pisos estaban limpios y ni siquiera un abrigo estaba tirado en el sofá.

Y entonces nos casamos. Al principio fue fácil mantener limpia mi casa, sin embargo, después de un tiempo mi abrigo permanecía sobre un sillón y los libros que leía mientras permanecía acostada durante mi embarazo y las enfermedades que resultaban se amontonaron a mi lado de la cama. Creo que nuestro primer desacuerdo fue por mi hábito de no guardar mis cosas después de usarlas. "En algún momento recogeré mi abrigo, razonaba. Y mi lado de la cama no se ve desde la puerta; algún día lo ordenaré".

Descubrí que el que ahora era esposo no había ordenado su apartamento solamente para impresionar a su novia; vivir ordenadamente era su estilo de vida. Sus calcetines siempre quedaban en la cesta de ropa sucia cuando se los quitaba, y él esperaba que yo caminara los diez pasos de más para tender mi abrigo en su lugar apropiado. Mis promesas fáciles de algún día ordenar mi cama le causaban frustración.

Tanto mi madre como mi esposo podrían contarte de proyectos que he

empezado y luego abandonado cuando se me acabó la inspiración. Tengo el impulso de ver todo lo que puedo lograr o cuál técnica nueva puedo aprender, pero tiendo a perder el interés antes de terminar.

Sin embargo, aprender a cuidar de mi hogar no era algo que podía sencillamente abandonar cuando me sentía cansada durante los años que tenía bebés y había pisos pegajosos, ni aun hoy, en los años de hijos en crecimiento. No puedo transmitirles a mis hijas el cómo ser buenas cuidadoras de sus hogares si me rindo y vivimos en medio de caos. Así que, sigo perfeccionando el arte de cuidar de mi hogar. Al parecer, justo cuando hemos establecido una buena rutina de tareas domésticas, nuestras vidas cambian. Afortunadamente, con todo, hay principios de cuidar de un hogar que podemos mantener sin importar dónde estemos en la vida.

La postergación y las largas listas de tareas que realizar son enemigos del descanso y la quietud de corazón. A veces cuando nuestras tareas se amontonan, hacemos listas de lo que podríamos lograr únicamente si nos apresuramos durante todo el día y si no hubiera niños en la ecuación.

Sin embargo, nuestros hijos nos llaman, el bebé vuelve a llorar, los juguetes recién juntados se vuelven a sacar y abrimos la secadora para descubrir la ropa que dejamos el día anterior. A estos eventos los llamamos *interrupciones* y en vano tratamos de suprimir la impaciencia y el enojo que sentimos que surge en nosotras. A final de un día así, estamos agotadas y frustradas porque muy pocas cosas de nuestra lista se han realizado, nuestros hijos actúan como niños necesitados en vez de portarse como adultos, y nuestro esposo se relaja sobre el sofá con el deseo de que lo acompañemos.

Al día siguiente se repite el ciclo, y al siguiente y al siguiente. La diferencia es que mañana se añade lavar ropa a la lista y al día siguiente la comida especial que deseamos preparar. Pasan semanas, luego meses y años, y nuestra frustración únicamente aumenta. Nuestros pensamientos corren en amargura, alimentados por tratar de hacerlo todo y fracasar. Nos duele profundamente cuando nuestro esposo e hijos comentan cuán malhumoradas estamos, pero nos excusamos, creyendo que nadie se preocupa.

Hay una mejor manera de realizar el mantenimiento del hogar, pero primeramente debemos restablecer nuestro sistema de creencia. Considera estos hechos de la vida familiar:

- Todas esas "interrupciones" como hijos necesitados o cuando tu esposo te pide que le hagas un favor, son parte de la vida.
- No hay ninguna posibilidad de que puedas "hacerlo todo".
- Un estilo de vida de felicidad y contentamiento requiere mucha autodisciplina.
- Tu esposo no es encargado de llegar del trabajo a ayudarte con tu agenda. Quizá sientes bonito cuando te ayuda con algo en tu lista, a la vez, cuidar del hogar no fue el mandato de Dios para él.
- Las fotos de Pinterest, Facebook y Hallmark son solamente cuadros. Sin embargo, si no nos cuidamos, los mensajes y las fotos de las redes sociales nos pueden llevar a comparaciones no saludables. Es posible que comencemos a creer que la verdadera felicidad únicamente se puede hallar en una casa que permanece limpia en todo momento, y con niños que de alguna manera milagrosa no necesitan enseñanza ni disciplina.
- Es posible tener un corazón que rebose de gozo en medio de las trincheras de la vida.

El propósito de nuestro hogar no es que sea semejante al de otra persona, sino crear un ambiente para nutrir a nuestro esposo e hijos. Debe ser un lugar que da vida, un lugar al que les encanta regresar. Desarrolla una buena actitud hacia el cuido de tu hogar, comprendiendo que es un llamado de por vida.

Un horario funcional

Si buscas un horario rígido que seguir, muchos libros o blogs hablan de este asunto. He imprimido todos aquellos lindos horarios que sugieren limpiar el baño el lunes, la cocina el martes, la sala el miércoles y así sucesivamente, sin embargo, nunca he podido avanzar más que el primer o segundo día. Traté de lavar un poco de ropa todos los días, pues supuestamente eso debe de facilitar mi vida.

Intenté hacer largas listas de las tareas que me tocaban. Esto resultó en autocompasión mientras trabajaba en mi cocina y miraba de reojo a mi esposo descansando sobre el sofá. Me sentía frustrada que nuestros bebés me

quitaran tanto tiempo cuando podía estar trabajando.

Aborrecía sentirme abrumada y necesitaba descubrir un horario que me permitiera flexibilidad y tiempo para lo más importante. Cuando realmente empecé a escuchar lo que originalmente había desestimado como críticas de mi esposo, descubrí que él tenía razón; yo complicaba mi vida con mi terrible hábito de postergación y mi falta de hacer buen uso del tiempo.

El horario flexible pero muy funcional que desarrollé para mí misma llegó a ser una rutina maravillosa que funcionó muy bien hasta que me sobrecargué con mis pinturas y mi tienda de Etsy. Después de que dejé de tratar de manejar un hogar y un negocio, la rutina otra vez funcionó de maravilla.

Ninguna de nosotras nacemos como amas de casa, esposas y madres perfectas. Algunas parecen cumplir estos papeles con más gracia, sin embargo, cada una de nosotras enfrentará golpes y enredos y a veces anhelaremos más paciencia y resistencia. Todas sabemos lo que es tener cestas repletas de ropa sucia, escuchar la pregunta "¿Qué vamos a cenar?" a las cinco de la tarde, hallar migajas debajo de la mesa, ver armarios desordenados y el último poquito de ropa que permanece en la secadora durante días. Todas estas cosas quitan espacio en nuestras mentes, espacio que podríamos estar llenando de pensamientos de gratitud u otras cosas importantes.

El embarazo y los días aparentemente interminables con recién nacidos y niños pequeños parecen tener una manera de agotar nuestra mente. Siempre tememos que se nos olvida algo importante o que nuestra mente nos ha abandonado para siempre. Después de mi segundo embarazo, se me olvidaron dos cosas muy importantes en una misma semana. Como no deseaba volver a desilusionar a mi esposo por mi falta de memoria, compré un cuaderno organizador. Usar un organizador era extraño para mi personalidad impulsiva y postergada, a la vez, descubrí cuánto me podía ayudar. Desde eso, no ha pasado un año sin que use un organizador.

Los organizadores que más me gustan son de resorte con una semana completa por página. Ya que puedo ver la semana entera de un solo vistazo, cuando me queda tiempo libre el jueves, por ejemplo, fácilmente puedo ver lo que quizás no terminé el lunes o martes y logro tacharlo de la lista.

Al final del año, paso por las hojas y anoto los cumpleaños o días que deseo recordar en el nuevo organizador. Escribo las recetas que anoté en las

páginas y las paso a las tarjetas que coloco en mi cajón de recetas. Escribo frases que quiero recordar en el margen de mi Biblia o en algún lugar del organizador nuevo donde las vuelva a leer al llegar a esa fecha.

Entonces hago caso omiso de mi tendencia de coleccionar cosas y tiro mi viejo organizador a la basura. Para mí, los organizadores que tienen páginas de sobra para hacer listas y datos importantes no valen el costo extra. En un diario aparte anoto recuerdos, mi lista de gratitudes y dichos graciosos de los niños que quiero recordar. Tener un diario aparte para estas cosas significa que no tengo que guardar cajones llenos de organizadores viejos.

Elizabeth Elliot escribió: "En una casa desordenada normalmente viven personas cuyas mentes también están desordenadas, quienes deben simplificar sus vidas. Simplificar nuestra vida comienza con simplificar y aclarar nuestra manera de pensar. Nuestra vida y mente deben liberarse del desorden de lo innecesario".[42]

Ser cuidadosas de nuestro hogar es importante, tan importante que está en la lista de Tito 2:5 como una de las cosas que las mujeres deben aprender para que la Palabra de Dios no sea blasfemada. Sin embargo, cuidar de la casa es una posición que la mayoría de las mujeres hoy desprecian. Aun algunas mujeres cristianas tratan de excusar sus sentimientos de culpa que resultan de su negligencia con decir que debes salir con tus amigas y solamente olvidar el montón de ropa sucia. La vida social, dicen, es más importante que ser cuidadosas de nuestra casa.

Algunas mujeres insisten en que no les agrada cocinar, limpiar o costurar y que no hallan gozo en el sin fin de tareas domésticas. Cada una de nosotras tiene un horario único y las situaciones de nuestra vida pueden variar, pero como mujeres cristianas, no podemos hacer caso omiso del mandato de Dios de ser cuidadosas de nuestra casa. Esta es nuestra carrera. Cualquier otra cosa noble que hagamos no se compara con la satisfacción que hallamos aquí en nuestro ámbito asignado por Dios.

1 Corintios 11:7-9 nos dice que el hombre no fue creado por causa de la mujer, sino la mujer por causa del hombre, pues ella es su gloria. Por tanto, el mejor lugar en esta tierra para glorificar a nuestro esposo es en

[42] Tomado de *Discipline: The Glad Surrender* (Disciplina: la alegre rendición), 1982, Fleming H Revell, Grand Rapids, Míchigan, p. 54.

nuestro hogar, no andar buscando gloria y alabanza de otros fuera del hogar o en línea.

Descubre un horario que te sirva y síguelo lo más que puedas. Todas deseamos los beneficios que resultan de tener un hogar bien organizado, sin embargo, requiere diligencia y debemos perseverar aun en los días difíciles.

A través del resto de este capítulo, describiré mis rutinas y horarios, mis consejos de limpieza, compras de comestibles y preparación de comidas. Estas rutinas me sirvieron bien durante los años en que mis hijos eran bebés y me siguen sirviendo mientras crecen. Como no son programas rígidos, es fácil adaptarlos para cualquier etapa de la vida. Puedes escoger rutinas diferentes a las mías, con todo, espero que estas ideas te inspiren a desarrollar un sistema que te sirva.

Mantengamos el hogar limpio y ordenado

Deseo que nuestro hogar sea un lugar de belleza y orden, un refugio de paz y gozo para mi esposo e hijos. Dios es un Dios de orden y nuestros hogares deben reflejar esto. Dios también es un Dios de belleza y una cierta belleza irradia de la manera ordenada en que manejamos nuestra vida y hogar.

Los hogares limpios son más pacíficos que las casas desordenadas. Las casas desordenadas tienen la tendencia de fomentar el descontento y la falta de disciplina en aquellos que viven allí. Es casi imposible mantener tu casa limpia y ordenada cuando está llena de cosas sobrantes. Con todo, hay belleza en un hogar ordenado aun si las cosas no son caras. De hecho, las últimas decoraciones y electrodomésticos tienen poco que ver con hacer una casa pacífica y bella.

A la vez, no es necesario que tu casa esté desordenada para criar hijos felices y pasar tiempo con ellos. Inclúyelos en la limpieza y en la responsabilidad de mantener la casa en orden. Enséñales la satisfacción que viene de bendecir al resto de la familia al contribuir con las tareas diarias. La autoestima que viene de sentir que se le necesita y aprecia ayudará a motivar a un niño a ser responsable.

Mantenimiento diario

- Comienza cada día con acomodar tu cama y enséñales a tus hijos a hacerlo con las suyas.

- Ordena el lavamanos del baño cuando termines de vestirte en la mañana. Asegúrate de que las toallas queden tendidas y que el baño esté ordenado. El miércoles, haz una limpieza de media semana; lava el lavamanos y el inodoro.
- En vez de esperar para limpiar un gran desorden en las tardes antes de comenzar a preparar la cena y que tu esposo llegue a casa, aprende a guardar cosas durante el día. Camina esos pasos extra para guardar lo que cargas en lugar de solamente dejarlo caer sobre la mesa o el mueble para guardarlo después. Esto es un pequeño consejo que te ahorrará mucho tiempo más adelante.
- Enséñales a tus hijos a guardar sus juguetes antes de sacar otra cosa. Cuando los niños son pequeños, el cajón de juguetes continuamente se vacía cuando buscan cierto juguete o aun solamente porque disfrutan de vaciar todos los juguetes. Hace menos desorden cuando no tienen muchos juguetes para empezar. Los niños son más felices con menos juguetes que con demasiados. Dales la libertad de jugar con sus juguetes, sin embargo, luego enséñales a guardarlos cuando los desocupen o al menos antes del almuerzo para que la casa esté ordenada mientras tomen la siesta. Si sus juguetes están bien guardados, los mismos juguetes que usaron en la mañana tendrán una nueva fascinación cuando los saquen después de levantarse.
- Antes de salir para visitar a una amiga o ir al pueblo, recoge rápidamente lo que esté tirado en los cuartos principales. Haz que los niños recojan sus juguetes, lava los trastos y ordena cualquier cosa que esté fuera de su lugar. Se siente maravilloso saber que te espera una casa ordenada al regresar.
- Vuelve a ordenar la casa al atardecer. Pídeles a los niños que guarden sus libros y juguetes. Coloca los trastos sucios en el lavaplatos o en un montón ordenado en el fregadero. Mejor aún, lávalos rápidamente. Barre el piso de los cuartos principales. Pasa por tu casa, ordenando aquí y acomodando allá. Mulle los cojines del sofá y organiza las revistas en la mesita de centro. Asegúrate de que la entrada esté ordenada y acogedora para tu esposo. Entonces permite que los niños jueguen con algo que sea muy fácil de guardar. Los niños, al igual que tú, se desenvuelven en un hogar ordenado.

- Limpia lo antes posible cualquier suciedad que haya en el piso de la cocina. Busca la ayuda de tus hijos; a ellos les encanta cualquier cosa que tenga que ver con trapos y agua tibia con jabón.
- Si recibes correo, guárdalo enseguida. Tira el correo indeseado a la basura antes de guardarlo y coloca las facturas en el escritorio o cualquier lugar asignado para eso.
- Quita el desorden. Yo reduzco el desorden en mis muebles de cocina al quitar la tostadora de pan, batidora, licuadora y cuchillos del encimero. Solamente me lleva cinco segundos sacar la tostadora cuando la necesito, sin embargo, cuando está desocupada, mi encimero se ve limpio y ordenado.

  Tengo una batidora que es fácil de mover y guardar, sin embargo, si tienes una batidora KitchenAid u otra marca parecida, puede ser más fácil dejarla sobre el encimero. Usamos nuestra cafetera todos los días, así que tiene un lugar permanente sobre el encimero. Además, al lado de la cocina, tengo un jarro donde guardo los utensilios. Son mucho más fáciles de acceder si están ordenados dentro de un jarro que todos juntos en una gaveta.

  A veces coloco un arreglo bonito en una esquina, otras veces un tazón de frutas y verduras o una vela. Con todo, tener los encimeros despejados, sin nada sobre estos, hace que sea mucho más fácil mantener una cocina ordenada. Cada vez que lavo trastos, puedo limpiar toda la superficie del encimero, y no hay recipientes o chucherías que escondan migajas.

  Una frase que muchas veces me repito a mí misma dice: "El desorden crea más desorden". Si coloco algo sobre el encimero para guardarlo después, otras cosas se amontonan a su lado. Entonces, lo que hubiera durado unos segundos guardarlo en un principio, se convierte en una tarea de cinco a diez minutos.
- Haz una limpieza antes de acostarte. Mi madre me enseñó esta importante lección de cuidar una casa y lo he implementado en mi propio hogar. Atribuyo a este hábito mucho del éxito en mantener mi casa en orden cuando mis hijos eran pequeños. Aun cuando estaba cansada, recordaba el consejo de mi madre; y antes de acostarme, barría los pisos, asegurándome de que los juguetes se hubieran guardado y los trastos se hubieran lavado. Despertarse a una casa ordenada es despertarse a una nueva oportunidad. La suciedad y el

desorden del día anterior se ha limpiado y la cocina está ordenada con los trastos en su debido lugar. Siempre lamento al día siguiente las ocasiones en que me he acostado sin primero ordenar la casa.

Ayuda a aliviar tu carga cuando tus hijos están pequeños si exiges que guarden sus juguetes antes de que se acuesten y, cuando crezcan, que ayuden a ordenar la casa en la noche. Nos da un sentir de paz tan grato mirar por toda la casa y ver el orden que hay antes de apagar las luces.

- Además de exigir que ordenen su cama en la mañana, exige que tus hijos limpien su cuarto antes de acostarse. Cuando comienzas a enseñarles cuando son menores, desarrollan el hábito para cuando sean mayores.
- Enséñales a tus hijos a trabajar sin murmurar. Antes de que nuestro segundo bebé empezara a gatear, leí un libro sobre la crianza de los hijos y guardé un consejo para aplicarlo cuando nuestros hijos fueran suficiente grandes para trabajar. Si comienzan a quejarse, les digo antes de darles una tarea que, si se quejan o tardan demasiado realizándola, les seguiré dando más tareas hasta que comiencen a trabajar con alegría.

  Con este método, he logrado que laven paredes y ordenen muebles, solamente porque trato de pensar en más trabajos hasta que puedan hacerlo de buena gana. Sin falta, en algún momento entre las diferentes tareas, la actitud quejosa del niño cambia milagrosamente de murmuración a disposición. Conforme crecen mis hijos, van aprendiendo a hacer conexión entre el sentimiento de satisfacción y el realizar un trabajo rápido y correcto, lo cual resulta en que más fácilmente están dispuestos cuando se les pide un trabajo. Los niños finalmente descubrirán que lavar trastos no es un trabajo tan horrible si no tardan en hacerlo. La vida marcha mucho mejor cuando los hijos hacen lo que tú les pides sin quejas ni demoras.
- Si algunas áreas de la casa necesitan de más atención, como una habitación en el sótano, una gaveta en caos o un armario desordenado, fija el temporizador durante quince minutos cada día durante una o dos semanas y rápidamente trabaja en eso hasta que suene el reloj. Es sorprendente cuánto puedes lograr en solamente quince minutos al día.

Programa semanal de limpieza

Quizá parezca que si pones tanta atención en mantener una casa ordenada, siempre habrá qué limpiar. Sin embargo, irónicamente, es todo lo contrario. Una vez que has formado el hábito de guardar tus cosas de una vez y mantener la casa al día durante la semana, la limpieza el fin de semana llega a ser solo un repaso: sacudir, limpiar, pulir y ordenar algunos cabos sueltos.

La limpieza de los fines de semana no se trata de vaciar gavetas y ordenar los interiores de muebles desordenados. No es asunto de mover todos los muebles para limpiar detrás de estos o de cambiar tus decoraciones. Pon esa clase de proyecto en tu lista de cosas que hacer durante los minutos libres que tengas la siguiente semana. Sin embargo, después de haber limpiado y pulido, cuando te sientas a disfrutar de la hermosa vista de tu casa limpia, puedes sentir un nuevo brote de energía para pasearse lentamente por la casa, reacomodando las decoraciones, colocando un bonito mantel sobre la mesa y encendiendo velas.

Cuando mis hijos estaban pequeños, la limpieza semanal era un trabajo que yo realizaba mayormente sola, aparte de permitir que me ayudaran a limpiar las puertas de los muebles y las sillas de la mesa. Los niños pequeños realmente pueden ser una ayuda si nos tomamos el tiempo para enseñarles a limpiar cuando son pequeños y todavía ansiosos de ayudar. Déjalos que arreglen su propia cama, aunque no quede bien y tengas que terminar de arreglarla cuando ellos se salgan. Dales un trapito para que sacudan la mesa de centro o los adornos de piso. A medida que crezcan, sigue añadiendo trabajos mayores. Los hace sentir muy maduros e indispensables saber que contribuyen al equipo de trabajo.

En nuestra casa, normalmente hacemos nuestra limpieza semanal el viernes. Esto es porque mi esposo trabaja en lo propio, y muchas veces no sé hasta el viernes en la noche si él tiene que trabajar el sábado o no. Quiero asegurarme de que nuestra casa esté limpia, para que, si él está en casa el sábado, pueda pasar tiempo con él en vez de sentir que tengo que estar apresurada con la limpieza. No disfruto de sentarme a descansar con mi esposo si la casa está polvorienta y desordenada.

Hallo que es mejor empezar a limpiar en la mañana, antes de distraerme con mi teléfono o tiempo libre. Actualmente vivimos en una casa grande con cuatro dormitorios, tres baños, un piso principal y un sótano completo. A

veces limpiamos el sótano el jueves para hacer que la limpieza del viernes no sea tan pesada.

En casas más pequeñas, me tardaba más en limpiar, porque, como los niños estaban más pequeños, exigían más de mi atención y me ayudaban menos. Hubo muchos momentos cuando los niños estaban pequeños que el piso de mi cocina no se limpiaba cada semana. Durante ese tiempo, un piso oscuro era mi mejor amigo. Sucede que en un tiempo vivimos en una casa móvil con un piso blanco en la cocina y la limpiaba varias veces a la semana. No te sientas culpable si no logras sacudir el polvo durante una semana o si tu bebé quejoso te impide lavar los pisos. Estas clases de omisiones no deben impedir que extiendas hospitalidad el domingo.

Busca la ayuda de tus hijos para la limpieza semanal. Enséñales cómo quieres que hagan el trabajo. Muéstrales cómo lavar alrededor de los grifos del lavabo en el baño, cómo alistar su propio cubo de agua para lavar los muebles y cuánto desinfectante agregar si tienen edad para hacerlo. Enséñales cómo enjuagar el cubo y guardarlo cuando terminen y dónde colocar el trapo mojado.

Pasa unas semanas o meses con un niño trabajando a tu lado, ayudándote a limpiar los baños, a limpiar los muebles, a sacudir y ordenar o cualquier otra parte de la limpieza. Luego, cuando ha aprendido de ti, está preparado para hacerlo solo. Sigue revisando su trabajo de vez en cuando, porque sí, los niños a veces buscan atajos. Enséñales esta lección de vida: si vale la pena hacer algo, vale la pena hacerlo correctamente la primera vez.

Compré un paquete de palitos de helados y, con un marcador permanente, escribí diferentes trabajos de limpieza en cada uno. Cada viernes por la mañana, reparto los palitos en diferentes recipientes para cada niño. Ellos pueden tomar los palitos de su recipiente y pasar de un trabajo al siguiente sin mi ayuda. Esto me permite a mí también trabajar en la limpieza sin necesidad de decirles constantemente con qué trabajo seguir. Junto con los palitos con tareas hay un palillo de recompensa para cada niño, como "pídele un dulce a mamá" o "lee un libro durante quince minutos". Por supuesto, el palillo de recompensa únicamente se puede usar si el niño ya ha trabajado durante media hora. Mis hijos trabajan muy bien con este sistema. A medida que crecen, les agrego más trabajos apropiados según su edad.

De vez en cuando, para enseñarles a mis hijos el gozo de trabajar juntos, en

lugar de usar los palitos de helado, hago una lista de todos los trabajos en un papel y trabajan juntos para tachar las cosas de la lista. Reciben un cubo y cada uno tiene un trapo para limpiar los muebles, las sillas, la mesa y partes sucias de la pared. Uno ordena los zapatos mientras el otro ordena los libros. Muchas veces reproducimos himnos conocidos mientras limpiamos, pues cantar mientras trabajamos contribuye a un ambiente alegre.

Es asombrante cuán larga lista de tareas pueden realizar los niños con disposición si saben que cuando terminan están libres para ir a jugar, leer un libro o practicar con su nuevo arco y flecha. (Sí, nuestro hijo aprendió a limpiar la casa tan bien como las niñas, pues no siempre puede ir a trabajar con mi esposo y no tenemos suficientes trabajos fuera de la casa como para darle el trabajo que necesita).

Cuando los niños estaban muy pequeños, sentí que trabajaba arduamente todo el día para limpiar la casa solo para ver lo pronto que volvía a quedar desordenada. Finalmente, un día comprendí que debía tomar tiempo para intencionalmente disfrutar de mi casa mientras estaba limpia. Así que, ahora, cuando terminamos con la limpieza profunda el viernes, me siento con una taza de café y observo cómo el sol brilla a través de las ventanas y disfruto de lo ordenado y limpio que se ve todo. A veces los niños y yo disfrutamos una fiesta de té, y otras veces ellos salen a perseguir sus propios proyectos o juegos. Pero primeramente los animo a detenerse y observar cuán hermosa se mira la casa. Hoy en día, miran por su propia cuenta, sonriendo con satisfacción al ver lo que ayudaron a lograr.

Aunque las etapas de la vida van y vienen, he hallado que las rutinas regulares me ayudan a mantener mi casa al día. Pero no hay una sola regla para el cuido de una casa. Al hacer una lista de las siguientes rutinas que he desarrollado, espero inspirarte a descubrir ritmos y rutinas que calzan en tu propia vida. Descubre un ritmo que te sirva y date gracia cuando surjan otras cosas y debas descuidar temporalmente algunas tareas.

El cuarto de baño

Cuando tengo más de un cuarto de baño, hallo que es más fácil llevar los artículos de limpieza al siguiente baño apenas termino de limpiar uno y luego guardar todos los artículos ya cuando todos se han limpiado. Uso un trapo por baño. Comienzo con llenar el lavabo de agua caliente y agregar un poco de desinfectante. Rápidamente limpio todo el encimero, que también es muy fácil si guardo todo en las gavetas o dentro de una canasta en vez de tener todo sobre el encimero. Limpio el interruptor de luz, la manilla de la puerta y cualquier lugar sucio en la puerta o las paredes.

Sigo con la bañera. Puedo usar el mismo trapo o, si necesito lavar residuos de jabón o tierra, uso una esponja junto con una mezcla de bicarbonato de sodio y jabón lavaplatos o una mezcla de vinagre con jabón lavaplatos.[43]

Si hay agua dura, uso un limpiador de la marca "The Works" para limpiar la taza del inodoro. De otra manera solamente uso un poco de desinfectante regular o champú, y luego lo restriego. Lava los inodoros por fuera, asegurándote de lavar bien las rendijas en el fondo de la tapa, en la base y el piso.

He descubierto que lo que elimina completamente el olor de las orinas de niño en el baño es el desinfectante "Sol-U-Guard" de Melaleuca. Riego este desinfectante sobre el inodoro y el piso alrededor apenas comienzo a limpiar el baño. Para cuando termino de limpiar lo demás y estoy lista para lavar el inodoro, todos aquellos gérmenes habrán muerto, dejando el baño con un olor fresco.

Después de limpiar el inodoro, lavo con mucho cuidado el trapo y lo uso para lavar el piso. De otra manera dejo el piso hasta que esté lista para limpiar todos los pisos de una vez.

La cocina y el comedor

Limpio las puertas de todos los muebles, la pared posterior y los encimeros. Guardo cualquier objeto que no pertenece a la cocina, negando el impulso de esconderlo en una gaveta para ponerlo en su lugar "después". Limpio la mesa y las sillas, y rápidamente sacudo cualquier otro mueble en ambos lugares. Paso un trapo húmedo sobre los cuadros de la pared. Pulo la

[43] La receta se encuentra en la página 163

refrigeradora y la cocina, tiro el café sobrante y los granos, limpio la cafetera y le doy una rápida pasada a los estantes de la alacena.

La sala

Sacudo los alféizares de las ventanas, la parte superior y el frente de los libreros y las decoraciones sobre las paredes. Limpio y ordeno la mesa de centro y los otros muebles. Si el sofá es de cuero, lo limpio con un trapo húmedo, ordeno los cojines y el cubre sofá, y le paso la aspiradora a las alfombras.

Los dormitorios

Me gusta lavar las sábanas el viernes cuando limpiamos. ¡Qué placer más sencillo es dormir entre sábanas limpias esa noche en una habitación limpia! Limpio el armario y las mesitas, rápidamente ordeno los zapatos en el ropero y cualquier cosa que esté fuera de su lugar. Trato de no permitir que se amontonen cosas que no pertenecen a los dormitorios, especialmente el mío. Quiero asegurarme de que nuestro dormitorio sea un lugar de descanso y belleza. Tan pronto como las sábanas están secas, acomodo las camas y mullo las almohadas.

La entrada

La entrada de nuestra casa está en el mismo cuarto de lavado. Cada semana limpio la lavadora y lavo el fregadero. Rápidamente ordeno los estantes de las paredes donde guardo los artículos de lavado y otras cosas misceláneas. La puerta se lava por dentro y por fuera, y el piso del porche se barre. Los zapatos y las botas se colocan en una fila ordenada debajo de los abrigos.

Otros espacios

Paso por el dormitorio de visitas, asegurándome de que todo esté guardado dentro del armario. El cuarto principal del sótano se barre y se guarda cualquier cosa que esté fuera de lugar. Algunas semanas, si no lo hemos estado haciendo durante la semana, dura mucho más de lo que debiera. Durante el invierno, se llena el cajón de leña y se sacan las cenizas antes de barrer el piso.

Las ventanas

Normalmente durante los meses de buen clima, lavo los vidrios cuando limpio la casa. Compré unos trapos de la marca "Norwex"; son los mejores que he hallado para limpiar vidrios y me permiten hacerlo en el menor tiempo. Mojo el trapo con agua hirviendo, luego lo escurro lo más que pueda y así limpio cualquier espejo y las ventanas. Ya que el trapo está caliente y bien escurrido, las gotitas que hay en el vidrio se secan sin dejar marcas, ahorrando el tiempo necesario para secar los vidrios. No se lleva mucho tiempo limpiar los interiores de todos los vidrios y el exterior de todos los que alcanzo por fuera. Sucede que es uno de los gozos sencillos en mi vida tener vidrios limpios y resplandecientes, y es una de las cosas que más extraño durante el invierno. Cuando nuestros hijos estaban pequeños, la ventana de la cocina era casi la única que se limpiaba todas las semanas; limpiaba el resto aproximadamente una vez al mes.



Cuando tus hijos están pequeños, hay cosas más importantes que limpiar vidrios y sacudir cada semana. Es importante limpiar cuando puedes, pero no te ocupes tanto con tu casa que no tienes tiempo de abrazar, besar y mecer a tus pequeños, de contarles historias, leer los mismos libros y cantar los mismos cantos vez tras vez. Un día llegarán a estar lo suficiente grandes para ayudarte y entonces tus vidrios pueden resplandecer todas las semanas. Pero nunca lamentarás haber escogido el corazón de tu hijo en lugar de las manchas de sus dedos en la ventana.

Y entonces es hora de prepararte una bebida caliente, descansar un poco y disfrutar de la casa limpia. Si tus hijos están pequeños, haz que te acompañen sobre el sofá para leer una historia antes del almuerzo o acuéstalos a dormir después de un almuerzo sencillo. Ambas cosas ayudan a mantener tu casa en su estado limpio.

Artículos de limpieza y consejos prácticos

- Para hacer trapos, corto una toalla vieja en pedazos del tamaño apropiado y luego mi hija usa mi máquina de coser para hacerle una costura en zigzag en los extremos para que no se deshilachen al lavarlos. Los trapos de microfibra también sirven muy bien; si son muy grandes, córtalos a la mitad para que las manos pequeñas puedan escurrirlos más fácilmente. Para limpiar vidrios, no puedo recomendar lo suficiente la marca "Norwex". Si necesito restregar la bañera, cualquier esponja barata sirve o incluso un cepillo para fregar si no tienes esponja a mano.
- Cuando vivía en los Estados Unidos, compraba limpiadores de la marca Melaleuca por medio de una amiga. Son mucho más baratos que los que uno consigue en las tiendas, sin embargo, funcionan igualmente bien y son seguros para el uso de los niños. Otra marca, "Tub and Tile" lava los residuos de jabón de las puertas de vidrio en un baño. Después de usar varias cosas que no sirvieron, usé el "Tub and Tile". Déjalo remojar durante varios minutos y luego lávalo con un cepillo para fregar. Elimina todos los residuos.
- Un poco de bicarbonato de sodio junto con un poco de jabón lavaplatos funciona muy bien para limpiar bañeras y lavabos. Y como ya no compro los limpiadores de la marca Melaleuca, tengo a mano botes de desinfectante que he comprado en la tienda, bicarbonato de sodio y una mezcla de jabón lavaplatos y vinagre para limpiar. Un poco de vinagre en el agua que usas para limpiar el piso ayuda a eliminar la suciedad.
- Para hacer la mezcla de jabón lavaplatos con vinagre, necesitas cantidades iguales de vinagre blanco y jabón lavaplatos. Calienta el vinagre hasta que esté tibio y luego agrega el jabón. Mézclalo bien y guárdalo en un bonito bote de vidrio o en un atomizador. Hace milagros en los fregaderos, cocinas grasosas y duchas.



Para limpiar una cocina de vidrio, me gusta usar el bicarbonato más que cualquier otra cosa. Humedece la superficie de la cocina. Rocía abundantemente con bicarbonato y usa una esponja para restregarlo. Enjuaga bien y pule la superficie con un trapo seco. Siempre mantén tu cocina de vidrio libre de vertidos. Si cocinas con vertidos sobre el quemador, marcará el vidrio. Una manera fácil de mantenerla al día es pulirla cada noche cuando lavas los trastos de la cena.

Limpieza estacional

Toda casa necesita una buena limpieza al menos una vez al año. Una limpieza en la primavera elimina todo el polvo y la suciedad del invierno y de los fuegos de leña, y una limpieza en el otoño elimina todo el polvo del verano y la suciedad de las moscas.

Lo hallo más fácil limpiar una habitación a la vez. De esa manera estoy segura de que lograré completarlo en un día y tendré la casa ordenada otra vez antes de que mi esposo llegue del trabajo.

Quitamos las cortinas y las lavamos. Limpio los cielorrasos y las paredes. Lavo los cedazos con jabón y los restriego bien. Los quito en el otoño y los vuelvo a colocar en la primavera. Limpio los carriles de los vidrios y también los vidrios mismos.

Reviso la ropa en los roperos y armarios, me deshago de lo que ya no les queda a mis hijos o lo guardo para el siguiente hijo. Es un buen momento para sacar la ropa de la siguiente estación, ropa de verano en la primavera y ropa de invierno en el otoño.

Desarmamos las camas, lavamos las sábanas y soleamos las cobijas y los cubrecamas. Rociamos los colchones con bicarbonato, lo dejamos reposar durante media hora y luego lo limpiamos con una aspiradora. Le doy vuelta a cada colchón, si no de arriba a abajo, del piecero a la cabecera. Movemos la cama, los armarios y cualquier otro mueble y limpiamos por debajo. Podemos reacomodar nuestros dormitorios si podemos. Esta es la parte favorita de mis hijos y yo.

Tengo un cajón disponible y allí coloco cualquier cosa que ya no

necesitamos. Cuando se llena el cajón o cuando terminamos de limpiar, sea cual sea lo que ocurre primero, llevo el cajón a una tienda de segunda mano o lo guardo para la venta.

En la cocina, paso por cada mueble y gaveta, limpiando. Si necesito reacomodar algo en los muebles, es la hora indicada para hacerlo. Limpio la alacena, reviso la fecha de los alimentos y quito cualquier cosa caducada. Limpiamos la refrigeradora y la cocina y las movemos para limpiar debajo de ellas. Limpio las decoraciones y tomo el tiempo para cambiarlas si deseo.

Saco las cosas de todos los muebles, limpio las esquinas y vuelvo a guardar lo que aún necesito y aparto todo lo que no. Cualquier revista que no quiero guardar se la doy a alguna amiga que sí la disfrutará.

En la primavera, para abrir las ventanas para el verano, quito las cortinas donde no las necesitamos para la privacidad. En el otoño, las vuelvo a poner para ese sentimiento acogedor durante el clima más frío.



Disfruta tu casa limpia y resplandeciente. Proponte desarrollar hoy el hábito de dejar la postergación, de siempre guardar todo en su lugar apropiado de una vez. Esta es la clave que más facilitará tus tareas domésticas.

Y siempre, siempre recuerda que tú eres la más importante en tu hogar. Tu sonrisa, tus palabras bondadosas a tu familia y tu gozo y seguridad en Cristo entonces rebosarán a los que te rodean.

Compremos los comestibles y planeemos los menús

Algunas de nosotras tenemos nuestro libro de recetas favorito, algunas tenemos recetas anotadas sobre tarjetas pequeñas, otras tienen archivos de recetas en línea y luego tenemos tableros de comida en Pinterest. Con todo, algo que todas tenemos en común es que tenemos que planear menús o correr a las cinco de la tarde para inventar algo si no hemos hecho planes con anticipación.

Cuando primero nos trasladamos a Montana, vivíamos a una hora de Walmart o de cualquier otro supermercado aparte de uno pequeño en el pueblo local. Empezamos a ir de compras una vez al mes y nos gustó tanto que

todavía mantenemos esa rutina. Comprar comestibles una vez al mes reduce las compras impulsivas, de lo cual todas somos culpables en alguna medida.

Comprar con tan poca frecuencia me enseñó lecciones valiosas sobre mirar al futuro, planear menús y ser creativa con las comidas la última semana antes de ir de compras otra vez. Aprendí que podía hacer mis propias sopas de cremas; por lo tanto, mi despensa ya no reconoce las latas de crema de champiñones. Muchas recetas que piden latas de cremas compradas quedan deliciosas si se hacen con cremas caseras, aun si no contiene champiñones.

Sí compramos leche y algunas frutas y verduras entre nuestras compras mensuales, sin embargo, nos limitamos a esos artículos frescos a no ser que un negocio local tenga grandes descuentos en quesos o cosas semejantes.

Descubrimos que al ir de compras una vez al mes, nuestra cuenta en el supermercado disminuyó, porque cuando nuestros carritos estaban tan cargados de comestibles, era mucho menos la tentación de agregar comidas rápidas y enlatadas. Ya que hago casi el 100 por ciento de mis comidas desde cero, normalmente comenzábamos nuestras compras en una tienda que vende las cosas al por mayor, comprando grandes bolsas y recipientes de harina, azúcar, aceite y muchos otros ingredientes básicos. Después, completábamos nuestra lista en Walmart u otro supermercado que tenía descuentos o mejores precios en las cosas que necesitábamos. Hacemos muy pocas compras con cupones o descuentos a no ser que esas cosas estén ya en la lista. Era una tentación comprar algo sencillamente porque estaba en descuento, pero finalmente nos dimos cuenta de que realmente gastábamos más al mes. En lugar de comprar masas preparadas para panes que estaban en descuento, ya que yo hago mi propia masa, de vez en cuando nos damos el lujo de una bolsa de camarones que está en descuento.

Aprendimos que los quesos y ciertas marcas de queso crema se pueden congelar. Solamente asegúrate de que cuando lo saques del congelador, dejes que se descongele completamente a temperatura ambiente antes de usarlo. Cuando el queso está en descuento, compramos bastante y congelamos el sobrante hasta que lo necesitamos. En una salida de compras, mi esposo y yo dialogamos ante el refrigerador sobre el precio de queso rallado versus el queso entero. Él me mostró cuánto podíamos ahorrar si compraba el queso entero y desde ese tiempo rallamos el queso nosotros mismos.

Hacer tu comida te puede ahorrar dinero. En vez de masas congeladas para pan, pizza, galletas, bizcochos y otras cosas que son tan útiles de tener en el congelador, compra una bolsa grande de harina y haz tu propia masa para guardarla en el congelador para aquellas ocasiones cuando estás en un apuro, pero casi no tienes tiempo para hacer algo desde cero. No requiere tanto tiempo extra llenar tu congelador de artículos caseros que son tan convenientes como los comprados.

Cuando hagas pan, congela un bollo grande y una bandeja de bollitos antes de dejarlo crecer la segunda vez. Cuando hagas galletas, congela un poco de la masa en un cilindro para cortar y hornear después. Haz una receta doble de galletas saladas y congela la mitad de las galletas recortadas sin hornearlas. Después de que los bollitos y las galletas estén congelados, retíralos de la bandeja y guárdalos en una bolsa plástica. Envuelve bien la masa de pan y galletas para evitar quemaduras en el congelador. Disfruta el sentimiento de estar preparada con panes y galletas frescas sin todo el trabajo de mezclar la masa en aquellos días ocupados cuando necesitas algo rápido para la cena.

Después de quedarme sin mantequilla o aceite u otras necesidades en apenas dos semanas, comencé a planear nuestros menús durante el siguiente mes antes de ir de compras. Mi meta era hacer una comida nueva a la semana y si para hacerla necesitaba algo que normalmente no compraba, lo anotaba en la lista para tenerlo a mano cuando fuera hora de prepararla. No siempre hacía exactamente lo que apuntaba. En algunas ocasiones sentía deseo de comer algo diferente a lo que había anotado y en otras ocasiones cuando nuestro día era ocupado y estresado, decidía hacer sopa y un pan fresco en vez de puré de patatas con carne. Si no hacía una de las comidas que estaba en la lista, le ponía una estrella al lado y muchas veces la preparaba otra noche.

Cada semana dejo un espacio en blanco. Esto me da lugar para usar la comida de sobra en una sopa o un guiso. Si no tengo sobras, entonces hago una comida que antes marqué con una estrella. Cuando preparo la cena, muchas veces hago un poco más para el almuerzo de mis hijos y mío al día siguiente.

De las sobras se pueden hacer deliciosas sopas. Por ejemplo, si no quedó suficiente pollo y arroz de la cena de la noche anterior para el almuerzo al día siguiente, coloco el pollo y arroz en una olla, le agrego zanahoria rallada, perejil, pimienta negra y quizás consomé de pollo y luego le añado agua para

hacer una sopa. Le agrego sal al gusto y la sirvo con pan.

Puedes hacer lo mismo con puré de patatas. Sofríe un poco de cebolla con mantequilla, añade el puré de papas y remueve constantemente hasta que comience a calentar. Agrega leche hasta que tenga una consistencia de sopa. Rocía con perejil, sal y pimienta negra. Es delicioso al servirlo con pan.

A nuestros hijos les encanta la sopa, ya que desde que eran pequeños muchas veces almorzamos con eso. Usa otros sazonadores aparte de sal y pimienta. Puedes convertir ingredientes insípidos en un tazón de sopa deliciosa que les encante a todos. Los condimentos son una necesidad en nuestra cocina. Algunos de los que siempre tengo a mano son ajo en polvo, sazonador italiano, sal de cebolla, tomillo, albahaca, comino, orégano, condimento para tacos, chile en polvo, jengibre y pimentón. Uso ajo y orégano para sazonar el arroz y un poco de jengibre con las verduras salteadas. La sal de cebolla y el ajo le dan un sabor delicioso al puré de patatas.

No necesitas hacer muchos platos exóticos para comer bien. Utiliza creatividad en tu cocina y sirve comidas deliciosas con muchas sonrisas y amor. A casi todo esposo le encantaría volver a casa a una comida caliente y bien hecha y a un hogar cálido donde su esposa le da la bienvenida. Quita todo pensamiento de que no te gusta cocinar y de las faltas de tu esposo. Prepara comidas con amor y gratitud, recordando lo bendecida que eres de poder atender a tu familia de esta manera. Incluso Jesús preparó una comida como parte de su servicio aquí en la tierra. [44]

Deja que tus hijos te ayuden a preparar la cena. Tendrás que comenzar más temprano que si lo hicieras tú sola y el desorden puede ser mayor. A la vez, ¿qué es un poco de harina en el piso comparado con el hermoso sentimiento de que los necesitas?

El lavado de ropa

Lavar la ropa es una de las cosas de las cuales la mujer cuidadosa de su casa no se puede escapar. Tienes dos opciones, o enfrentar la lavada con pereza toda la vida o buscar una manera de hacerlo alegremente y así realmente bendecir a tu familia con ropa limpia y doblada ordenadamente en las gavetas.

44. Juan 21:8-13

Yo soy impulsada a intentar muchas maneras de hacer algo, solamente para ver si puedo hallar una mejor manera de la que ya uso. Lavar la ropa era una de estas. Cuando primero nos casamos, lavaba la ropa el viernes, mientras hacía la limpieza de la casa. Sucede que cuando se añadieron bebés y niños en crecimiento, limpiar y lavar el mismo día era demasiado.

Algunas de mis amigas me dijeron que la respuesta para mantenerme al día con la ropa sucia era lavar una tanda de ropa al día. Así que lo intenté. Sin embargo, me cansé mucho de la tanda que tantas veces permanecía en la secadora hasta el día siguiente cuando otra vez necesitaba utilizarla. Para mí fue un ciclo vicioso, pues esa tanda de ropa siempre estaba en mi mente, lo que hacía que me sintiera cansada.

Cuando era una niña que crecía en una granja lechera con mis nueve hermanos, lavábamos grandes montones de ropa los lunes y los viernes. Eso era casi lo único que lográbamos hacer ese día aparte de cocinar. Luego limpiábamos la casa los sábados.

Así que, intentaba lavar los lunes y los viernes. El lunes bien podía, sin embargo, ya que también limpiaba la casa el viernes, era demasiado. Así que cambié de lavar los viernes a lavar los jueves y todavía uso esa rutina en la actualidad. Soy muy protectora de los días en que lavo ropa, al buscar hacer cosas extra en otros días si es posible. Si comienzo a atrasarme con la lavada, parece requerir mucho más esfuerzo ponerme al día.

En los días en que lavo ropa, me gusta poner a lavar la primera tanda antes del desayuno, por lo que les pido a mis hijos que me traigan la ropa sucia de sus dormitorios la noche anterior. Si el tiempo está bonito, me gusta tender la ropa afuera, sin embargo, seco los vestidos y las camisas en la secadora para no tener tanto que planchar. Apenas se termina de lavar una tanda, la saco y comienzo con otra. Además, descubrí que es mejor doblar y tender la ropa apenas sale de la secadora, mientras todavía está caliente. Si tu lavadora y secadora son de puerta delantera, sirve usar la parte superior como mesa sobre la cual colocar la ropa doblada hasta que hayas terminado y puedas guardarla. Sea lo que sea, no coloques la ropa seca en tu cama. Es demasiado la tentación de esperarte para doblarla. Entonces, cuando llega la hora de dormir, tienes que decidir si doblarla o colocarla en una silla en la esquina donde quizás permanezca durante varios días.

Esfuérzate por lavar la ropa, secarla y guardarla el mismo día. Si es época del invierno y no tienes secadora, tiéndela, pero dóblala apenas esté seca. Si logro completarlo todo en un día, únicamente tengo que pensar en la lavada dos días a la semana, no tengo ni que pensar en ello los otros cinco días. Eso me da un sentimiento de estar al día con la lavada. Por supuesto, siempre habrá ropa sucia en las cestas de ropa, pero ya no me tiene que molestar hasta el día que toca lavar.

Con frecuencia lavo ropa de cama el viernes, sin embargo, como la lavada ya no es abrumante, esta tanda se lava, se seca y se vuelve a colocar en las camas antes de la hora de dormir en vez de hacerlo durar hasta estar obligada a lidiar con ello.

Para la ropa manchada, uso un cubo de agua bien caliente y le agrego OxiClean. Entonces dejo la ropa en remojo hasta la siguiente vez que lave.

Yo separo la ropa en colores y tipos. Hago un montón de toallas, un montón de la ropa blanca, un montón de la ropa de colores claros, un montón de ropa de color oscuro y un montón de pantalones jeans. Si hay muy poca ropa blanca, la lavo junto con la ropa de colores claros.

Para no tener tanta ropa que lavar, tenemos ganchos en el baño donde cada uno cuelga su propia toalla. Ya que nuestros cuerpos están limpios después de bañarnos, colgamos nuestra toalla donde se pueda secar y luego la volvemos a utilizar cuando nos volvemos a bañar. Lavo las toallas o cada vez que lavo o una vez a la semana.

De último, permite que tus hijos te ayuden a doblar la ropa. Tu hijo de dos años puede aprender a doblar las toallas pequeñas y ya cuando tenga ocho años, debe poder doblar o colocar en los ganchos un gran montón de ropa y guardarla. Contar historias y chistes graciosos y cantar cantos divertidos ayudan a que doblar la ropa se logre con rapidez.

Después de años de lavar ropa lunes y jueves, nos trasladamos a un país donde no tenía la conveniencia de una secadora como la que tuve en los Estados Unidos. Una vez más lavar la ropa llegó a ser incómodo en el invierno, pues ya no podía tender la ropa afuera.

Así, debía lavar varias tandas de ropa casi todos los días entresemana para tenderla junto al fuego, lo cual me dejó con el mismo sentimiento de nunca estar al día con la lavada.

Cuán agradecida me siento cuando se calienta el clima cada año y puedo volver a lavar solamente ciertos días a la semana.



Cuidar de tu hogar consiste mayormente en servir a tu familia, y servir a otros contradice nuestra naturaleza humana. Nuestra carne debe ser crucificada diariamente para que, con el poder de Dios en nuestro corazón, podamos servir a nuestra familia con su espíritu de amor. Aprende a disfrutar del cuido de tu casa. El esfuerzo de quitar el desorden y ordenar tus días con eficiencia le sigue un sentir de calma y descanso.

Belleza en el hogar



Desde que tengo memoria he sido amante de las casas. Me encantan el encaje de madera blanca, las ventanas altas y estrechas y el diseño característico de las casas victorianas. Me encantan las enormes columnas y los porches de las casas del sur de los EE. UU., el aspecto acogedor del estilo Cape Cod y las líneas sencillas de las casas de hacienda.

Pasar en auto al frente de toda clase de casa es una fiesta para mi imaginación. Me imagino cómo son por dentro y deseo poder conocerlas todas. Creo que las casas son aún más bonitas en la oscuridad, por las ventanas iluminadas que filtra la vista de los muebles y las cocinas.

Me encanta encender velas con deliciosas fragancias. Disfruto caminar por nuestra casa, reacomodando las decoraciones y los muebles. Regularmente me detengo para disfrutar de los pequeños detalles de belleza en nuestra casa, el sol brillando a través de las ventanas y la elegancia pacífica de una cama recién ordenada. A veces incluso me detengo para disfrutar de los cuadros sobre las paredes.

¿Sueñas con la casa perfecta con un diseño perfecto y los muebles más a la moda? Tenemos la tendencia de instantáneamente asociar las palabras *belleza* y *hogar* con las decoraciones perfectas, ventanas resplandecientes y un aspecto digno de una revista. En este capítulo, no busco promover esas imágenes superficiales que tratamos de poner como barniz en nuestras vidas y hogares. No hay nada malo en desear una casa donde nos sintamos contentas, un lugar que se sienta como un refugio. Sin embargo, es un error suponer que la única manera en que podemos estar felices con nuestro hogar es si compramos sillones nuevos y decoraciones perfectas.

Las modas cambian constantemente y siempre habrá algo más nuevo y atractivo que lo que tenemos. Si siempre vamos tras la última moda en decoración del hogar, probablemente perderemos la belleza que ya poseemos o que podríamos crear en el hogar que ya tenemos. Un hogar hermoso no es un lugar de perfección que únicamente unos cuantos pueden alcanzar. Todas nosotras las amas de casa somos capaces de crear belleza cotidiana en nuestros hogares sin gastar mucho dinero. De hecho, quizá ni tengamos que gastar nada.

Crear un refugio de belleza y descanso para tu familia comienza primero en tu propio corazón, en la casa donde vives, con lo que ya tienes. No tiene nada que ver con las revistas o Pinterest. Crear un bello hogar tampoco es solamente para las mujeres que tienen el don de decorar, aquellas con abundante dinero o aquellas que tienen a su disposición la tarjeta de crédito de sus esposos.

Un hogar es más bello cuando está lleno de personas agradecidas. Un corazón agradecido no se disculpa cuando sirve sopa en tazas que no coinciden, mientras hace preguntas bondadosas acerca de la vida de otros. Un espíritu agradecido nos da la libertad de no necesitar el mantel perfecto, la comida perfecta o niños perfectos antes de poder hospedar visitas. La gratitud no carga a nuestro esposo trabajador con pedir que nos ponga cerámica en el piso o que nos cambie los muebles de la cocina por los hermosos muebles que salen en el anuncio de la revista.

Un corazón agradecido permite que una ama de casa trabaje en enseñar y entrenar las preciosas almas que Dios le ha dado. Extiende gracia cuando los hijos hacen desórdenes y toma tiempo para ayudarles a ordenar.

Únicamente las casas de los cuentos de hadas tienen ventanas que nunca se ensucian y una cocina que siempre se ve elegante, aunque allí se cocinan todas las comidas que come tu familia. Los juguetes y los libros no siempre permanecen ordenados en las canastas bonitas, y los cojines del sofá no permanecen en el mismo lugar todo el día. Requiere trabajo mantener una casa limpia y acogedora.

Una ama de casa contenta alegremente pule y ordena su casa, haciéndola un lugar atractivo para su familia. Si comparte fotografías con otros, no se preocupa que sus decoraciones no estén a la moda más reciente ni que su

hogar, visible en el fondo, no sea perfecto como los de las revistas.

Ella mantiene su casa tan ordenada y limpia para aquellos que viven allí todo el tiempo como para las visitas, pues quiere que su familia sepa que valen la pena. Un espíritu de gratitud, libre de comparaciones, cambia el lente por el cual ella mira su hogar del deber y el descontento a la bendición y el contentamiento.

Es fácil pensar en nuestro *hogar* como un proyecto completado, un lugar lleno de belleza, orden, tradiciones y deliciosa comida. Tendemos a asociar la belleza del hogar con ciertos eventos y días de fiesta. Nos imaginamos lo maravillosas que serían nuestras casas si tuviéramos el dinero para comprar algunas de las cosas hermosas que hemos visto. Quizás somos lentas en asociar el hacer un hogar creativo con la vida corriente y rutinaria.

Vivimos en un tiempo en que podemos comprar casi cualquier cosa que deseamos. Al mismo tiempo, junto con la facilidad de comprar viene la insatisfacción. Al igual que los niños que pasan mucho tiempo mirando películas y jugando juegos electrónicos llegan a sentirse insatisfechos porque carecen de tiempo para utilizar la imaginación y creatividad, así nosotras no recibimos un sentimiento de satisfacción cuando compramos todo lo que queremos. El tiempo que invertimos en un proyecto para hacer hermoso nuestro hogar con lo que ya tenemos trae una satisfacción que nunca hallaremos al irnos de compras ni cuando pasamos tiempo en línea deseando las cosas bonitas que tienen las demás. Gastar de nuestro propio tiempo y esfuerzo en algo de belleza nos ayuda a apreciar el gozo de lo que tenemos.

Nuestros hogares pueden ser diferentes de los que nos rodean, aquellos que son hermosos solo como exhibición, pero carecen del amor de Dios en su belleza. Este mundo está lleno de quebrantamiento, tristeza y desilusión. A la vez, cada una de nosotras tenemos en nuestras manos la habilidad de crear belleza en nuestro propio rincón. Podemos vivir en una casa de campo o en una mansión, o en una casa en construcción o un estrecho apartamento, una casa alquilada o una casa móvil, sin embargo, tenemos el poder de traer belleza a nuestro hogar. Puede ser un vasito de vidrio con flores frescas o el mantel con la vela encendida que ayudan a que la mesa de la cena tenga un aspecto acogedor. Puede ser la bandeja que preparaste para tomar té con tus hijos o aun solamente los vasos de limonada fría que compartes con tu

familia en el porche en un día caluroso.

Mantenerte al día con lavar los trastos, barrer, sacudir y limpiar el desorden contribuye grandemente a tener un hogar hermoso. En los días cuando te sientes abrumada y quieres desquitarte con el niño que derrama la leche o entra con los pies sucios, puedes crear belleza al usar palabras de gracia con el niño torpe o con el que no estaba pensando. La belleza también viene de escoger la risa en lugar del enojo o reproducir música para levantar el ánimo cuando prefieres esconderte de tus hijos necesitados y soltarte a llorar.

¿Qué es belleza para ti?

Las mujeres tenemos debilidad por las cosas hermosas, y la publicidad se dirige hacia los deseos de nuestro corazón. Por tanto, es posible basar nuestros deseos en las modas y colores pasajeros y olvidarnos de lo que realmente amamos en las decoraciones del hogar.

No bases tu valor ni tu sentir de posición social en que tu hogar y sus decoraciones superan las últimas modas que otras exhiben. No eres extraña si te gustan las paredes rojas o verdes, aunque la moda dice que esos colores son "anticuados". La moda en decoración del hogar cambia constantemente de colores vivos a tonos grisáceos y luego a blanco. Los estilos de diseño interior cambian entre el de casa de campo, moderno, desvencijado, elegante, cabaña, exótico, rústico y muchos más. Si te sientes comprometida a decorar tu casa según lo que tienen tus amigas y lo que actualmente está de moda, siempre sentirás cierta desilusión, pues las modas siempre cambian.

¿Por qué no embelleces tu casa con lo que a ti te gusta? ¿Cuáles colores de pared te hacen sonreír? Usa las cortinas de encaje si te gustan, aun si la moda actual es usar persianas o dejar la ventana completamente descubierta. ¿Por qué te interesa lo que piensan las personas de las revistas o las profesionales en decoraciones interiores?

Estás creando un lugar de belleza y pertenencia para los que viven en tu casa, no una exhibición para impresionar a tus amigas o solamente para poder tomar fotografías para que otras las admiren. El ambiente que escoges para tu hogar influye a tu esposo e hijos. No es buena mayordomía constantemente comprar cosas nuevas para estar al día con la moda. Comprar pintura nueva para paredes que fueron pintadas de otro color el año pasado y luego cambiar

las decoraciones para que combinen únicamente le pondrá una carga a tu esposo, quien trabaja arduamente para pagar las cuentas.

Ya que tantas personas cambian sus decoraciones para seguir las modas, muchas veces se consiguen cosas bonitas en tiendas de segunda mano o en ventas de garaje. Pero decide de antemano que no vas a comprar nada si no te gusta personalmente o si no le tienes uso. Disfrutarás más de tener las pocas cosas que realmente te gustan que constantemente buscar cosas nuevas que están a la moda. También evita el error de comprar tantas cosas solamente porque estaban baratas que luego no puedes mantenerlas en orden.

No es una vergüenza usar los regalos que te han hecho tus amigas, aunque quizás no sea tu primera elección de color o estilo. Si ya estás usando cosas en tu casa que te gustan, el regalo calzará muy bien. Si atesoras la amistad, cada vez que usas ese plato o te detienes a mirar el regalo, puedes orar por esa persona. Las cosas que exhibes en tu hogar cuentan pequeñas historias que se conectan para tejer el patrón de tu vida.

Antes de salir y comprar cosas para embellecer tu casa, haz inventario de tu casa y lo que ya tienes. Toma un bolígrafo y un papel, una taza grande de café o té y un poco de tiempo sin interrupciones.

¿Cuáles son tus metas para tu hogar? ¿Es tu hogar un reflejo de tus valores y la persona que aspiras ser? Un buen lugar para comenzar es anotar cinco puntos que describen lo que deseas que sea tu hogar. Si los apuntas, es fácil volverlos a repasar de vez en cuando para mantener tu enfoque.

Para darte una idea, compartiré mis metas para mi hogar.

1. *Un refugio del mundo exterior.* Un refugio para mi esposo de los estreses del trabajo. Un lugar donde podemos renovarnos. Deseo atender a cualquiera que pase por nuestro hogar, cuidar de su comodidad y bienestar. Quiero que se sienta bienvenido, renovado y animado.

2. *Un lugar de belleza sencilla que alimenta el alma.* Un lugar que está libre del desorden y los excesos que tienden a abrumarme en lugar de hacerme sentir gozosa y restaurada.

3. *Un lugar de alimento espiritual y amor incondicional, sin importar qué o quién.* Quiero hacer de nuestro hogar un lugar de felicidad y gozo, enseñando a nuestros hijos del amor de Dios y su Palabra, para que cuando crezcan, puedan ayudar a alimentar a otras almas.

4. *Un lugar acogedor y relajante que atrae los corazones de nuestra familia a su hogar*. Quiero pequeños ritos que hablan del hogar y comodidad y seguridad, como té e historias con mamá, pan casero y notitas en el almuerzo o sobre las almohadas.

5. *Un lugar que extiende gracia, tanto en los días buenos como en los tiempos difíciles.* Ahora, imagina que eres un visitante en tu propia casa. Entra por la puerta y anota cinco cosas que debes cambiar. ¿Están todos desordenados los zapatos? ¿Hay suficientes ganchos para los abrigos? O ¿hay suficiente espacio, pero no les has enseñado a tus hijos a guardar sus cosas tan pronto como se las quitan? ¿Y los cojines sobre el sofá o los libros sobre la mesa de centro? Unos pocos libros o revistas se miran bonitos, al igual que algunos cojines, sin embargo, si siempre están desordenados, aun unos pocos son demasiados.

Una canasta sobre la mesa de centro ayuda a mantener ordenadas las revistas. Enséñales a tus hijos a poner la cobija nuevamente sobre el sofá o dentro de la canasta cuando terminen de usarla. ¿Hay cosas que toman espacio sobre la mesa u otros muebles, cosas que debes guardar pero que sigues postergando? ¿Qué tal los encimeros? ¿Se miran desordenados con trastos limpios o sucios, o con otras cosas que no has guardado?

¿Es tu dormitorio un lugar acogedor donde deseas quedarte un rato? O ¿está lleno de montones de ropa limpia y libros de dietas que aún no has leído? ¿Están repletos tus cajones y roperos de ropa que ya no te queda?

Quizá tus hijos tienen tantos juguetes que no puedes mantenerlos organizados y siempre hacen un gran desorden. Tira los que están quebrados a la basura, guarda algunos para dentro de unos meses cambiarlos con los que están en el cajón y deshazte de los demás.

Haz una lista de las cosas que debes hacer para que tu casa sea un lugar de descanso y belleza. Es sorprendente cuán hermosa se ve una casa donde no hay desorden, los trastos están lavados y todo está en su lugar. Es imposible organizar cosas amontonadas. Créeme, lo he intentado. Entre menos cosas tengo, más fácil me es mantener un ambiente de descanso.

Trabaja en al menos una de las cosas de la lista y al juntar y guardar las cosas que no están en su lugar, hallarás que es mucho más fácil mantener tu casa ordenada a lo largo del día. No se puede limpiar el encimero pegajoso cuando está lleno de trastos, papeles y recipientes de plástico, ni tampoco es

fácil barrer el piso cuando tienes cosas amontonadas en las esquinas.

Si tu lista de tareas parece abrumante, fija el temporizador durante quince minutos al día y usa esos quince minutos para trabajar en quitar el desorden, una habitación a la vez. Notarás que cada vez que mires los lugares que ya hayas organizado, te sentirás feliz en vez de estresada. Eso es lo que una casa ordenada hace por ti; te ayuda a disfrutar de la casa en la que vives y te trae paz en lugar de caos. Permítete el regalo de una casa ordenada y libre de confusión.

Después de haber organizado y tachado las tareas de tu lista, mantén esos espacios ordenados al guardar las cosas en lugar de colocarlas por allí para "guardarlas después". Ya que me estoy recuperando del hábito de postergar, he tenido que retroceder frecuentemente y guardar lo que tenía en la mano. Sin embargo, te prometo que se hace más fácil y, con el paso del tiempo, se forma el hábito de guardar las cosas de una vez en lugar de hacerlo más tarde. La recompensa de una casa que está a quince minutos o media hora de estar completamente ordenada hace valer la pena el esfuerzo de aprender un nuevo hábito. Hallo que tengo más tiempo para ser verdaderamente cuidadosa de mi casa, pues ya no tengo una mente llena de caos ni demasiadas cosas para mantenerme ocupada.

Ahora que tu casa está limpia y organizada, hay otras cosas que puedes hacer para embellecerla sin gastar dinero. Coloca una canasta de libros al lado del sillón cómodo que te invita a tomar una cobija y sentarte a leer. Si tienes una sala grande, acomoda los sillones de tal manera que estimulen la conversación, en lugar de tenerlos todos contra la pared. Si te sobró pintura de otro proyecto, pinta el librero si te place.

Cuando necesito un cambio de decoraciones, me encanta pasar por mi casa reacomodando las decoraciones que ya tengo. Vasijas de flores secas o artificiales o plantas se pueden pasar de la mesa al encimero, al librero o a la mesa de centro. Puedo tomar un portarretratos vacío y pintar el vidrio con pintura para pizarras, y luego escribir un versículo o mensaje de ánimo. O quizás use el portarretratos como un centro de mesa sobre la mesita de centro y lo complemente con una vela o una guirnalda. Muchas veces hay potencial de nuevas decoraciones al usar las cosas que ya tengo.

Utiliza tu creatividad

Creo que la creatividad es un don que Dios le ha dado a la mujer, no para procurar la casa más hermosamente decorada ni para hacer comidas suntuosas para los visitantes. Sin embargo, las mujeres poseen este don para poder usarlo para que cualquiera que pase por nuestra puerta se sienta bienvenido. Podemos crear un hogar hermoso con muy poco dinero y creatividad.

La creatividad es más que solamente saber decorar y acomodar muebles y adornos en la pared. Es más que solamente la habilidad del bricolaje, tejer cestas, decorar pasteles bellos y pintar letreros hermosos.

La creatividad también es la habilidad de ver las necesidades en los corazones de tu familia y luego buscar cómo suplirlas. Casi siempre, estas necesidades se suplen en los más pequeños actos de bondad, dar una taza de café con una palmadita en el hombro, masajear los pies de tu esposo en silencio mientras lee las noticias, traer una taza de té para el niño malhumorado que actúa como que no quiere que nadie lo moleste.

Si tienes la habilidad de tejer esas cestas, la creatividad incluye llenarlas de cobijas para cubrir al niño enfermo sobre el sofá en una noche helada o llenarlas de pan fresco para servir a tu familia hambrienta. La creatividad incluye agregar cosas inspiradoras, sencillas y hermosas a tu hogar, sabiendo que los versículos y las citas que cuelgas en la pared influirán en los corazones de tus hijos aun cuando sean grandes.

La creatividad es la habilidad de buscar belleza en lo cotidiano, de detenerse a oler las flores y cortar unas cuantas para embellecer tu hogar. Puedes crear un toque de belleza cada día al encender una vela, usar un mantel a la hora de la comida, escoger una bonita taza de café cuando lees la Biblia, cortar flores frescas cuando hay y barrer el piso.

Si descubres que las decoraciones o los colores de las paredes te producen descontento, busca la razón de ese sentimiento. ¿Has pasado demasiado tiempo comparando tu hogar con los que miras en Pinterest? ¿Tus artículos realmente están feos y gastados o necesitas aprender a estar agradecida por las cosas que ya tienes? Cuando sentimos descontento, comprar otras decoraciones y pintar las paredes no nos traerá felicidad. Sin embargo, cuando hemos aprendido el contentamiento con lo que ya tenemos, experimentaremos un mayor sentir de felicidad que cuando pintamos esa pared o hallamos

algo que realmente nos gusta en descuento.

En lugar de basar tu felicidad, placer y valor en una casa digna de una revista, las cosas nuevas de los negocios prestigiosos e hijos que se comportan perfectamente cuando están en público, la fuente de tu felicidad debe estar arraigada en Dios, quien nunca cambia. Descansa tu corazón en él y disfruta de su belleza. Alinea tu vida según su patrón y hallarás la satisfacción que viene de traer su belleza a lo ordinario de la vida diaria

Dale lo mejor a tu familia

Darle lo mejor a tu familia no significa que siempre debas usar tus mejores platos ni hacer comidas grandes con postres finos cada noche. A la vez, ¿por qué no usas a veces tus platos bonitos solamente para tu familia? A ellos también les encanta sentirse especiales.

Cuando nuestros hijos mayores tenían dos y tres años, quise que aprendieran a comer en platos de vidrio para que se acostumbraran si íbamos de visita. Al no querer usar platos especiales cada noche, decidí que la cena del viernes y el almuerzo del domingo serían nuestras comidas especiales. Hacía un menú completo que tardaba más, usaba platos y vasos de vidrio y encendía una vela.

Descubrí que, con muy poco esfuerzo, mi esposo y mis hijos se podían sentir tan especiales como nuestros visitantes. En pocos años, usábamos platos de vidrio todos los días. Aun si solamente comíamos sopa con pan, trataba de hacer atractiva la mesa con un mantel, flores frescas o una vela. Ya no me sentía culpable de tratar mejor a los visitantes que a mi propia familia.

Quizás decidas no usar los platos de vidrio cada día; aun así, los puedes usar para tu familia de vez en cuando. Los platos se quebrarán y tus manteles bonitos se gastarán, sin embargo, tu familia nunca olvidará cuán especiales se sintieron.

Ideas de decoraciones

- No es necesario usar los armarios solamente en los dormitorios. Coloca uno en un rellano grande para que haya almacenamiento adicional. Reconvierte un viejo armario en un mueble de cocina o un centro de café. Para impermeabilizar la parte superior del encimero, aplica dos o tres capas de poliuretano.
- Usa dos percheros en la pared del cuarto de lavado o detrás de una puerta para almacenar tu tabla de planchar.
- En lugar de un rodapié de cama, usa una sábana ajustable sobre el somier.
- Si tienes latas desocupadas, píntalas y úsalas para almacenar jabones extras o cualquier cosa que se mire antiestética en los estantes. Si quieres, añade una etiqueta de pizarra.
- Convierte la puerta de un mueble en una bandeja para servir. Agrega una manilla a ambos lados.
- Pinta una contraventana o el frente de una gaveta y ponle ganchos. Cuélgala en el baño.
- Busca manillas interesantes y únicas. Pinta una tabla y coloca las manillas en una fila. Úsala en el dormitorio de tus hijos para sostener bolsos, mochilas y ropa. O cuélgala en el baño como ganchos para las toallas.
- Pega prensas para ropa sobre una tabla, la mitad de arriba de la prensa sobre la tabla y la mitad de abajo fuera de esta. Prensa los calcetines sin par. Es una decoración única para el cuarto de lavado, sin embargo, al doblar la ropa es muy fácil emparejar los calcetines.
- Para un centro de mesa, coloca una copa boca abajo sobre una flor. Pon una vela de pilar o vela de té sobre la copa y enciéndela.
- Une varias tablas para hacer una mesa para doblar ropa y fíjala a la pared encima de la lavadora y secadora.
- Remueve las etiquetas de las latas usadas y utiliza las latas para colocar bolígrafos o lápices de color, cubiertos cuando hay visitantes, algodón en el baño, etc....

- Utiliza latas de metal con tapas para guardar bolsas y mantener ordenados tus muebles.
- Arruga una envoltura plástica y colócala en el fondo de un vaso transparente antes de agregar agua. Da la apariencia de hielo y además ayuda a mantener fijos los tallos de las flores.
- Para reconvertir un viejo armario, píntalo. Luego quita la última gaveta y coloca cestas. Son perfectas para almacenar juguetes, revistas o rompecabezas pequeños.
- Usa jarras de medio litro como vasos. Son suficiente resistentes que no es fácil que un niño las quiebre al lavarlas, pero dan un sentir de elegancia en la mesa.
- Pinta las latas viejas y colócalas en el alféizar de la ventana de tu cocina. Siembra hierbas en estas para que las uses cuando cocines.
- Usa tus abrigos viejos para hacer fundas para los cojines del sofá.
- Haz pequeñas "faldas" con envoltorio de burbujas. Fíjalas en los tallos debajo de las flores como rosas, narcisos, zinnias y tulipanes para que floten en el agua.



El arte sagrado de la hospitalidad

Hay una diferencia entre extender hospitalidad y recibir. Recibir a los que te visitan tiende a sugerirles: "Mira, hice un gran esfuerzo por ti. Estos son mis talentos de cocina y decoración. Me sentiría triunfante si los apreciaras". Mientras el recibimiento enfoca la atención en ti misma, la hospitalidad enfoca la atención en tus visitantes. El recibimiento busca impresionar, mientras que la hospitalidad busca bendecir.

La palabra *hospitalidad* viene de la misma raíz que *hospicio*, *hospital* y *hotel*. En las culturas antiguas, la hospitalidad suponía darle la bienvenida al extranjero en tu hogar y hacerse cargo de su alimento, abrigo y seguridad durante su estadía. En algunas culturas, además del sustento y la comodidad,

el anfitrión debía despedir a su visita con una bendición y buenos deseos para un viaje seguro. Hospedar extraños o amigos era una demostración de bondad, servicio y respeto profundo a todas las visitas, sin importar su etnia, religión o aflicción, y sin esperar recompensa por el favor.

La hospitalidad es la capacidad de hacer que las personas no se sientan extraños, sino bienvenidos en tu hogar. Muchos pasajes bíblicos hablan de la hospitalidad y nos mandan a practicarla. Las dos personas que iban por el camino a Emaús en Lucas 24 instaron fuertemente a Jesús y lo invitaron a quedarse y cenar con ellos. En Hechos 28:30, leemos que durante dos años Pablo vivió el mandato que había escrito en Romanos 12:13, cuando alquiló una casa y le daba la bienvenida a cualquiera que lo venía a ver.

Romanos 12:13 dice que debemos "practicar la hospitalidad" que literalmente significa "perseguir la hospitalidad". No debemos esperar una oportunidad donde nos vemos forzadas a hacerlo, sino que debemos buscar maneras en que podamos abrir nuestros hogares a las personas que necesitan ánimo y atención, y hacerlas sentir que pertenecen. 1 Timoteo 3:2 enumera la hospitalidad como una característica de una persona piadosa.

1 Pedro 4:9 dice que debemos hospedarnos unos a otros sin quejarnos. Aunque quizás no sientas que la hospitalidad es uno de tus dones, todavía se te manda a extender hospitalidad a otros hasta cierto punto. Quizá no es tu deber hacerlo a lo grande como alguien que tiene el don especial del arte de la hospitalidad y aparentemente puede servir una hermosa comida con poco esfuerzo.

La hospitalidad es una condición del corazón, al mirar más allá de uno mismo y poner esfuerzo en atender las necesidades de otros en la vida diaria. Piensa en las pequeñas acciones que puedes entremezclar en tus días que les darán a conocer a otros que te preocupas por ellos. Busca personas que parezcan estar abrumadas o alejadas. Piensa en qué otras maneras puedes demostrar hospitalidad. Las cosas más pequeñas e inesperadas son las que a veces dicen con más fuerza "me preocupo por ti". Puede ser invitar a una amiga a un café o mandarle un guiso a la hora de la cena. Puede ser llegar con un café y unas galletas a la puerta de una amiga ocupada o dejarle una caja de comestibles a una madre con un pequeño bebé o a la familia recién llegada al lugar. A veces es tomar el tiempo de sentarte a escribirle un correo

a una amiga.

Nunca permitas que la realidad de que el dinero es escaso te impida invitar a otros a tu hogar. La hospitalidad es compartir lo que tienes con otros y abrir tu hogar y tu corazón para animar a otro. Es mejor servir sopa y pan en un espíritu de amor y preocupación genuina que servir una comida perfecta con un corazón lleno de estrés y contención.

Invitar a toda clase de personas a tu hogar destruye las barreras de posición social, trasfondo y etnia. Sentarnos a la mesa y compartir el acto necesario de comer destruye las barreras sociales, al poner a todos los del círculo en el mismo nivel. Ningún otro acto de reunión proclama esto tan poderosamente.

Al compartir nuestra mesa y comida, decimos silenciosamente: "No me importa cuánto dinero tienes o no tienes. No me importa si tu ropa no está de moda o si está gastada. No me importa si nunca me invitas a una comida en tu casa o si no me puedes ofrecer más que sándwiches. Lo que me importa es que sepas que me preocupo por tu comodidad, que estoy dispuesta a compartir con todo mi corazón para servirte. Eres importante para mí".

No compares tus habilidades hospitalarias con las de otra mujer. Sé tú misma. La hospitalidad es ser generosa y amigable, es suplir necesidades y darles la bienvenida a otros a nuestro hogar sin considerar su posición social. Es abrir nuestro corazón a otros al juntar más sillas a la mesa y sacudir la silla de bebé que teníamos guardada para ocasiones como esta.

Para algunas de nosotras requiere más esfuerzo poner las necesidades de otros antes que las nuestras. Nos quita mucha de la presión como anfitrionas si recordamos que la hospitalidad realmente es abrir nuestro corazón a otros, un ministerio de servicio en el que Dios nos puede usar para alcanzar y bendecir a otros.

La hospitalidad es mucho más que un comportamiento social; es el corazón y el centro, la esencia, del cristianismo verdadero. No hay que ir tan lejos en busca de personas hambrientas, sedientas y solas. Se encuentran a nuestro lado en nuestras propias familias, congregaciones, vecindades y ciudades.

Ideas para practicar la hospitalidad

- Procura recibir visitantes de manera espontánea. Si sabes que una amiga está pasando un tiempo o un día difícil, invítala a tu casa. Lava los trastos mientras ella esté de camino, haz café o té, enciende una vela y alista un plato de galletas con queso. Disfruta la compañía aun si tu casa tiene muestras de la vida diaria y niños. (Sin embargo, esa es una de las ventajas de mantener tu casa al día: en general, la casa normalmente está ordenada y acogedora aun si hay una tanda de ropa que doblar y la masa para el pan está creciendo).
- Practica la hospitalidad de manera sencilla. El viernes por la noche se presta para asar perros calientes o hacer pizza espontáneamente. El menú del domingo por la noche puede ser tan sencillo como palomitas de maíz, tajadas de manzana, galletas con queso y quizás algo horneado.
- Haz preguntas y escucha. Honradamente, me siento algo intimidada cuando soy la anfitriona, pero se hace más fácil con el paso de los años. He aprendido que, al hacerles preguntas a mis visitas, quito el enfoque de mí misma. Hablando en general, las personas se sienten que estás interesada en su vida cuando les haces preguntas consideradas. Hacer preguntas y realmente escuchar las respuestas es una manera de avanzar más allá que solo la conversación superficial. Yo tiendo a pensar que algo anda mal si hay un pequeño silencio en una conversación. Sin embargo, mi esposo me asegura que, en una buena conversación, el silencio es algo bueno y cómodo.
- ¿Recuerdas a María y Marta? No te enfoques tanto en la comida que no tienes tiempo para disfrutar de tus visitas. Haz todo lo que puedas para preparar la comida con anticipación. Acepta que hay ocasiones en las cuales la comida no es perfecta o que el guiso permaneció en el horno demasiado tiempo.
- A veces es divertido planear una bonita fiesta de té. Fácilmente puedes hacer cosas sencillas y bonitas para decorar tu mesa. Aprende a hacer flores con papel de seda. Compra un paquete de papeles decorados para envolver los cubiertos y amárralos con cinta o con yute. Coloca una vela de té junto a cada plato. Usa las tacitas no coincidentes que

puedes comprar en tiendas de segunda mano. Si guardas las decoraciones que haces, es muy sencillo preparar una fiesta de té elegante y espontánea en muy poco tiempo.

- Evita el desorden, aun cuando no esperas visitas. Así, cuando lleguen visitas, no tienes que preocuparte de que alguien pueda descubrir las cosas que guardaste en gavetas o roperos para no dejarlos a la vista.
- Una de las maneras más sencillas de hacer que tu hogar parezca más acogedor y cómodo es encender una vela.
- ¡Hazlo! Nunca tendrás una casa suficiente grande o perfecta. Nunca tendrás suficiente dinero o tiempo. Tu familia nunca dejará mágicamente de necesitarte y los niños sacarán juguetes antes de que lleguen las visitas. Las excusas que usas para no invitar personas a tu casa son solamente excusas. Hallarás tiempo para las cosas que crees importantes. Si necesitas amigas o si te sientes sola y estás pasando un tiempo difícil, abre tu hogar y tu corazón a otra persona.



La cuidadora de un hogar cristiano verdaderamente bello se enfoca en la gloria de Dios, no en sí misma. Ella trae belleza a la vida diaria, en medio de las tareas rutinarias de limpiar, lavar y enseñar, al dar vasos de agua fría, hallar lugares para sus flores frescas o ramos de flores secas, encender velas y, sobre todo, buscar cómo alentar a cada una de las preciosas almas que dicen que su casa es su hogar. Su familia disfruta de estar en la casa, donde ella provee un ambiente de pertenencia y contentamiento. Ella comprende que, aunque los cuadros en las paredes y las decoraciones pueden ayudar a que su casa sea atractiva, lo más importante es proveer un ambiente donde las almas de su familia pueden prosperar y crecer.

Siempre procura dar lo mejor de lo que tienes a tu familia. Permite que tu voz siempre esté llena de bondad y ánimo. Tu familia enfrenta luchas y

tentaciones a diario, sin embargo, si buscas darles aliento y ánimo, abrirá camino a los corazones de tus hijos para que ellos escuchen tu instrucción.

Tú eres la farolera en tu hogar. Dios te ha dado un enorme privilegio y oportunidad de usar los dones que él te dio. Él desea que comprendas que el "hogar" es más que las conveniencias más modernas, muebles lujosos o lo que cuelga en la pared. Él desea que tu hogar sea un lugar de gracia y amor, que busca la belleza en lo cotidiano y trae honra a su nombre; un lugar que es como una caliente cobija de seguridad que envuelve a tu familia y cualquiera que entra por la puerta. Debe ser un lugar de consuelo y luz que envía su luz a la oscuridad del mundo.

Charles Spurgeon dice que la Palabra de Dios nos da una clara visión de discernir entre el bien y lo que casi es el bien. Pon la belleza de tu hogar en oración y Dios te ayudará a discernir entre lo que es importante y lo que no lo es.

La mujer bella



A las mujeres nos encanta la belleza. Nos encanta admirar diseños, sentir texturas y ser parte de la belleza, llenando de esta nuestro hogar y nuestro vestuario.

La belleza femenina se menciona varias veces en la Biblia. Sara, la esposa de Abraham, era "hermosa en gran manera"[45] sin embargo, su punto mejor conocido no es su belleza. Su confianza en Dios, aun en medio de lo que parecía imposible, y su apoyo fiel a su esposo es lo que la hizo una verdaderamente hermosa mujer de Dios. La reina Ester y Abigail también se mencionan como mujeres hermosas, sin embargo, la profundidad de su carácter impidió que fueran vanidosas por su belleza externa. Por tanto, ellas lograron influenciar a los hombres en sus vidas y su influencia permanece hasta hoy.[46]

Dios describe la belleza verdadera y únicamente él establece la norma. Sucede que la cultura popular ha secuestrado la definición auténtica de la belleza de la mujer. Seremos capaces de desechar las mentiras y vivir en la verdad únicamente al reconocer las mentiras de la sociedad y continuamente recordarnos a nosotras mismas y a nuestras hijas de la definición de Dios respecto de la belleza.

"Engañosa es la gracia, y vana la hermosura; la mujer que teme a Jehová, ésa será alabada" (Proverbios 31:30).

¿Qué *no* es belleza?

También debes saber esto: que en los postreros días vendrán tiempos

[45] Génesis 12:11, 14

[46] Ester 2:7; Ester 7:1-9:32; 1 Samuel 25:1-42

> peligrosos. Porque habrá [mujeres] amadores de sí mismos, avaros, vanagloriosos, soberbios, blasfemos, desobedientes a los padres, ingratos, impíos, sin afecto natural, implacables, calumniadores, intemperantes, crueles, aborrecedores de lo bueno, traidores, impetuosos, infatuados, amadores de los deleites más que de Dios, que tendrán apariencia de piedad, pero negarán la eficacia de ella; a éstos evita (2 Timoteo 3:1-6).

En este pasaje, Pablo le describe a Timoteo unas características espirituales muy poco atractivas que arruinan la belleza de la mujer cristiana.

"Amadoras de sí mismas"

Ámate a ti misma" es un mensaje lanzado a las mujeres de nuestra cultura presente, aun a veces por mujeres cristianas. Pero Dios dice: "El que halla su vida, la perderá; y el que pierde su vida por causa de mí, la hallará" (Mateo 10:39). Esto es lo opuesto de la idea de nuestra cultura de la importancia de "descubrirse uno mismo". Este mensaje falso hace que muchas mujeres crean que un buen esposo debe hacerlas feliz y darles todos sus gustos. Se frustran cuando sus hijos la necesitan vez tras vez durante el día, y esto las lleva a llenar su tiempo de cosas que supuestamente las hacen felices, sin embargo, al final nunca verdaderamente satisfacen.

Efesios 5:29 dice que nadie se ha aborrecido a sí mismo. Es fácil olvidar que las Escrituras nos mandan a estimar a los demás como superiores a nosotros mismos,[47] y por tanto creemos que un poco más de tiempo para mí misma, un poco más de chocolate o más de irme de compras me traerá felicidad.

"Avaros, vanagloriosos, soberbios"

Las redes sociales, las revistas y los anuncios dirigidos a mujeres pueden quitar nuestro enfoque del estado de nuestro corazón y la cultivación de la belleza verdadera. En vez de enfocar en lo que realmente es importante, las mujeres son atrapadas por el pensamiento de qué pensarán las demás si no siguen las modas de las últimas decoraciones, patios y jardines perfectamente arreglados y trajes perfectos.

---

47. Filipenses 2:3

"Ingratos"

Las mujeres que siguen ciegamente a la cultura se vuelven ingratas. Sus mentes están bloqueadas y no ven todo lo que sus esposos realmente hacen por ellas. Una mujer ingrata no ve el amor de su esposo en el polvo y el sudor que lo cubre al final del día y en las horas que pasa trabajando arduamente para proveer para ella y los hijos. Más bien, la mujer ingrata se queja por su falta de ayuda y murmura de sus largos días de trabajo. Sin embargo, siempre puede estar gastando para mantenerse al día con las modas, sin considerar cuánto más debe trabajar su esposo para pagar esas facturas.

"Impetuosos, infatuados"

¿No es sorprendente cómo la moda del "selfi" ha arrasado al mundo? Millones de mujeres se posan para tomarse fotografías personales y las publican en línea para que todos les envíen un "me gusta" y comentarios de cuán hermosas son y cuán bonita se ve su ropa.

Muchas mujeres siguen a maestros quienes inteligentemente mezclan el engaño con la verdad. Las librerías cristianas y el internet están llenos de enseñanzas de personas cuyas instrucciones falsas sobre la piedad parecen fáciles.



"Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es [ella]" (Proverbios 23:7). ¿Qué tal si presentaran nuestros pensamientos en una pantalla donde cualquiera los pudiera leer? ¿Qué tal si los ingresaran en una aplicación donde nuestro esposo los pudiera revisar en su teléfono en cualquier momento para ver qué está pasando por nuestra mente? Probablemente trataríamos de pensar cosas gratas, pues nos daría vergüenza que otras sepan que a veces sentimos envidia.

Cual es el pensamiento en nuestro corazón, tal somos. Si pensamos cosas no bondadosas, entonces seremos no bondadosas. Si guardamos rencores y repasamos nuestras heridas en nuestra mente, entonces la sonrisa en nuestro rostro para el público es irreal. Realmente somos lo que son nuestros pensamientos.

Muchas veces nos comparamos con otras mujeres sin aun conscientemente comprender que lo estamos haciendo. Bien vestidas… amigables con desconocidas… escritos elocuentes… Es tan fácil comparar nuestras habilidades y logros con las mujeres a nuestro lado o con aquella que escribe el blog que leemos.

La actitud de "No valgo nada" viene de un corazón que se compara con otros. "Porque no nos atrevemos a contarnos ni a compararnos con algunos que se alaban a sí mismos; pero ellos, midiéndose a sí mismos por sí mismos, y comparándose consigo mismos, no son juiciosos" (2 Corintios 10:12).

En el reino de Dios, todos tenemos papeles diferentes. El discípulo Juan escribió varios libros del Nuevo Testamento, mientras que Pedro fue el que encabezó la expansión de la iglesia. Ambos fueron necesitados, y con nosotras como mujeres de Dios ocurre lo mismo.

La mujer que tiene el don de palabras puede escribir y animar a otras mujeres a vivir las enseñanzas de Tito 2:4-5, mientras que yo puedo llevarle una comida a alguien. Ninguna obra es mejor que la otra. Como Pedro y Juan, todos hemos recibido nuestras propias habilidades, voces y estilos únicos. Una escritora puede servir a Dios en diferentes áreas que yo; su don son las palabras. Ella está al servicio de la iglesia si sigue la voluntad de Dios para las mujeres que delineó en su Palabra, al igual que yo puedo ser llamada a servir en un área diferente. Puedo aprender de ella, pero nunca debo sentir resentimiento hacia ella. Todas tenemos nuestros propios talentos, diseñados específicamente para nosotras, por Dios mismo. Cuando nos sentimos celosas de los dones de otra hermana, recuerda las palabras de Jesús: "¿Qué a ti? Sígueme tú" (Juan 21:22).

Belleza del corazón

La belleza que Dios más desea que tengamos es belleza de corazón. ¿Cómo está tu corazón? ¿Está lleno de luz? ¿Está limpio de toda suciedad? ¿Están abiertas las ventanas con la paz de Dios descansando allí? ¿Es un lugar donde la amargura y el enojo se arrancan apenas brotan?

O ¿contiene tu corazón lugares oscuros que ni a ti te gusta mirar? ¿Contiene habitaciones llenas de heridas o dolores imaginarios que no puedes soltar? ¿Mantienes una habitación en tu corazón lleno de sentimientos de "si

tan solo mi esposo…"? ¿Hay alguna habitación llena de lupas que usas para ver los errores de tu esposo y los de otros? ¿Está lleno de amargura el sótano de tu corazón?

No se siente bien cuando la luz de Dios ilumina los lugares feos en nuestro corazón, sean cosas no bondadosas que has dicho de otros o pensamientos no amorosos ni bondadosos hacia tu esposo o hijos. ¿Qué debemos hacer cuando hallamos amargura, descontento y muchas otras malas hierbas creciendo en nuestro corazón?

Se comienza a desarrollar un bello corazón cuando le rogamos a Dios que lo examine.[48] Comienza con desear honestamente mirar tu interior, rehusando echarle la culpa a otro.

Toma un momento y mira honradamente tu corazón. ¿Estás contenta con tu vida? ¿Sientes paz en tu corazón? ¿O te sientes frustrada porque tu esposo o tus amigas te malentienden? ¿Te sobrecarga el peso de la amargura y la falta de perdón que amenazan con abrumarte? Quizá les echas la culpa de tu descontento a otros. Quizá las personas no han sido bondadosas. ¿Te rindes ante la tentación de pensar que, si las circunstancias cambiaran, estarías libre a ser feliz y amorosa?

¿Por qué permitir que los problemas ajenos destruyan tu paz y felicidad en Cristo? Obedece el mandato de Dios de llevar "cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo" (2 Corintios 10:5).

Considera las mujeres cristianas que te rodean, las elegantes que constantemente cambian su cabello y vestuario, y las que se preocupan más por ser amigables y serviciales. He escuchado comentarios muy feos de algunas mujeres muy elegantes acerca de sus esposos. También he visto a algunas mujeres irse al otro extremo con una apariencia descuidada y mucha carga emocional, decididas a no ponerle ningún énfasis a ser atractivas.

Permite que Dios lave tu corazón y tus pensamientos. Acepta su poder, pues nosotras solas somos incapaces. Pídele que te muestre si tienes amargura y falta de perdón en tu corazón. Y luego, cuando te lo revele, trata con el asunto sin echarle a otro ni una onza de la culpa que sientes.

Cuando cualquier pensamiento que no sea piadoso busque invadir tu mente, rehúsa darle cabida. No basta que te digas: "Pensaré en lo positivo;

[48] Salmo 139:23-24

no permitiré lo negativo". He escuchado a mujeres que realmente creían que eso era lo que hacían, sin embargo, al pasar tiempo con ellas, comprendí que estaban amargadas y enojadas, siempre echándoles la culpa a otros por su descontento.

No es suficiente solamente sacar los pensamientos negativos. Debemos llenar nuestra mente con luz y verdad de la Palabra de Dios. Escribe un capítulo de la Biblia en un papel bonito y colócalo en algún lugar donde lo veas con frecuencia. Cuando te lleguen pensamientos negativos, debes tener algo fácilmente accesible que llene tu mente.

Cuando eres tentada a pensar mal de tu esposo, en lugar de hacerlo, piensa en todas las maneras que te ha bendecido. Ora por él; escríbele una nota de amor. En lugar de enfocar en si él te hace feliz o no, aprende lo que le agrada a él.

Piensa en las maneras que tu esposo muestra su amor, aun si no es de la manera que habrías esperado. Vi el amor de mi esposo cuando entró a un negocio de camino a casa del trabajo para comprar sábanas de franela de cuadrículas rojas para nuestra cama porque de repente hacía mucho frío, y él sabe que mi color favorito es el rojo. Observo su amor en el polvo y la suciedad que trae en la noche cuando descansa sobre el sofá después de un día de arduo trabajo proveyendo para nosotros.

Cuando soltamos las cosas feas que Dios revela a nuestro corazón, él nos bendice con su paz. Durante años, creí que podía sentir paz únicamente cuando la vida era tranquila y marchaba bien. Eso puede ser un aspecto de paz, sin embargo, ¿no hay esperanza de paz cuando todo a nuestro alrededor es confusión?

He descubierto que la paz es el sentimiento de tranquilidad y seguridad en mi corazón porque he entregado mi vida a un Dios que lo sabe todo y es totalmente capaz. La paz permanece cuando todo a mi alrededor parece muy agitado. Me permite seguir sirviendo a mi esposo, mi familia y otros. Puedo darle a Dios la gloria cuando estoy completamente vacía de mí misma y me apoyo en él para recibir fortaleza.

La paz no siempre aparece en nuestro corazón de un día para otro. Viene de escoger el bienestar de nuestro esposo e hijos antes que el propio, vez tras vez, a través de lo fácil y lo difícil, aun cuando creemos que no lo merecen.

Dios siempre desea refinar nuestro corazón, por medio de limpiar todo lo que no trae gloria a su nombre. Él sabe que las pruebas, el conflicto y el escoger su voluntad antes que la nuestra traerá la belleza de corazón que él desea que tengamos.

Revisa tu corazón

- ¿Hallas gozo y paz en tu situación presente? ¿Estaría tu familia de acuerdo con tu respuesta?
- ¿Estás dispuesta a permitir que Dios obre en tu corazón? Solo tú puedes permitir los cambios que él desea realizar allí.

Es mucho mejor atravesar las pruebas difíciles siguiendo a Jesús, que sentarme en mi propia miseria y meditar en mis heridas y amargura.

Cuando un espíritu de amargura y condenación amenazan con destruir mi paz, preparo la comida favorita de mi esposo y le llevo una taza de café para mostrarle mi amor. De vez en cuando le coloco notitas junto con su almuerzo. (Él los llama su millón de dólares). Compro su dulce favorito como una sorpresa y dejo lo que estoy haciendo para ir al pueblo a hacerle un mandado. Intencionalmente pienso en cómo agradarlo. Las pequeñas decisiones que tomo ayudan a edificar un matrimonio de bondad y gracia en lugar de aquel de amargura y condenación.

Cuando me río, mi esposo me mira como si fuera lo más grandioso sobre la tierra, y nuestros hijos también se ríen. El amor de mi esposo no se basa en que yo tenga el mismo cuerpo que tenía cuando me casé con él a los veintidós años. He tenido hijos, me han hecho cirugías y soy mucho mayor. Él se ríe y me mira con amor porque me preocupo más por él que por lo que otros piensan de mi casa, mi ropa y si estoy a la moda. Cuando tengo paz en mi corazón, él me mira con tanto amor en sus ojos que a veces no lo puedo creer.

¿Qué hombre puede resistir a una mujer que lo trata como si fuera un rey en su casa, a pesar de sus faltas? (Él conoce muy bien esas faltas sin que

tú le tengas que recordar). ¿Cómo puede no estar ansioso de llegar a la casa cuando una esposa feliz y sonriente lo encuentra en la puerta? ¿Cómo no va a querer acercarse cuando su esposa deja la crítica, se deleita en agradarlo y "la ley de clemencia está en su lengua" (Proverbios 31:26)? A pesar de mis faltas, sus faltas y las veces que fracasamos, he decidido seguir avanzando hacia un matrimonio más maravilloso.

A veces necesito vencer mi renuencia de parecer infantil y sorprenderlo con una flor sobre mi oreja y un saltito y una pirueta para él cuando viene por la acera. Le sonrío cada vez que me saca de quicio (una sonrisa verdadera, no solamente abrir mis labios). Estas son maneras pequeñas que trato de cultivar mi belleza interna y demostrarle mi amor.

No funciona cuando trato de hacerlo todo a la vez; eso lleva al agotamiento. Muchas cosas grandes y permanentes tienen comienzos pequeños. Un buen lugar para comenzar a limpiar los rincones sucios de tu corazón es dejar de corregir o criticar a tu esposo cuando habla y dejar de condenar las comidas que elige. Él notará el cambio. Cuando fracases, pide disculpas por criticar y sigue adelante. Sigue aprendiendo a mantener cerrada la boca cuando no es el momento apropiado de hablar, mientras al mismo tiempo buscas maneras de abrirla en bendición.

Deseo ser esa anciana, casada durante cincuenta años, que sostiene la mano de su esposo y todavía lo mira con ojos de amor. Me da ánimo y esperanza observar parejas ancianas enamoradas, aun cuando no tienen idea que alguien los observa. Una cosa que tengo como verdad es que cuando Dios obra en nuestro corazón, nuestra historia no termina en cenizas. Cuando hemos experimentado el quebrantamiento y hemos permitido que la luz de Dios brille a través de nosotros, le damos a él la gloria. Y eso hace que nuestro corazón sea hermoso. La belleza oculta de tu corazón[49] tendrá un efecto milagroso en tu esposo, tus hijos y cualquiera que tenga contacto contigo.

"Mas él conoce mi camino; me probará, y saldré como oro" (Job 23:10).

La belleza de la modestia

La modestia es una manera respetuosa de adornar nuestro cuerpo y

49. 1 Pedro 3:3-4

presentarnos, que nace de una libertad de lo que el mundo considera belleza y valor, y motivada por un aborrecimiento del pecado y un deseo de llamar la atención a Dios.

Cuando se trata de la modestia, la primera pregunta que nos debemos hacer es, "¿qué trato de lograr con mi manera de vestir?" Nuestro vestuario dice mucho del contenido de nuestro corazón. No hay reglas en la Biblia que digan que los pantalones son malos o que nuestros vestidos deben llegarnos hasta los tobillos. Sin embargo, hay principios en toda la Biblia que nos guiarán en cómo elegir nuestro vestuario. Si buscamos glorificar a Dios, no nos vestiremos de manera que llame la atención a nuestro cuerpo, pues la Biblia claramente manda que las mujeres se vistan de manera modesta. 1 Timoteo 2:9 habla de adornarnos con "pudor" que significa con respeto apropiado para nuestra persona y los demás.

En Romanos 6:13, el apóstol Pablo dice que no "presentéis vuestros miembros al pecado como instrumentos de iniquidad, sino presentaos vosotros mismos a Dios como vivos de entre los muertos, y vuestros miembros a Dios como instrumentos de justicia". En otras palabras, al relacionarlo con nuestra apariencia, debemos permitir que Dios controle nuestro vestuario.

Aun la mayoría de las mujeres no quieren ver a una mujer que viste una falda demasiado corta, notar partes de su cuerpo donde sus mallas son muy ajustadas al caminar ni ser forzadas a observar la forma de sus pechos porque su blusa es demasiado ajustada. ¿Cuánto más desconsiderado es que una mujer se vista así en presencia de los hombres? Los hombres cristianos deben tener el privilegio de asistir al culto con mujeres que visten de manera atractiva y modesta sin llamar más atención de la cuenta al cuerpo que cubren.

Muchas mujeres cristianas se adaptan a las expectativas de la sociedad sin pensarlo mucho, vistiendo ropa que realza sus cuerpos y formas acentuadas, y muestra el tamaño de sus pechos. Como dictan las modas, los cuellos en los vestidos y las blusas se hacen más grandes y bajos. No puedo contar las veces, en la iglesia o en otro lugar, que he visto el escote de una mujer cristiana sin que ella se percatara cuando se agachó por alguna razón. Cuán triste es que ni en la iglesia nuestros maridos puedan tener descanso

del mundo de la inmodestia de la cual tratan de mantenerse puros.

El mundo deliberadamente diseña la ropa de las mujeres para exhibir atractivo sexual. Los diseñadores de las modas enseñan a las mujeres que lo que el esposo piensa del vestuario de su esposa es necio y tonto; definitivamente no son consejos que debas acatar. Puedes argumentar que tu ropa no es tan ajustada como la de otra mujer o que si los hombres pusieran más esfuerzo no habría problema. Sin embargo, ningún hombre cristiano genuino desea que su esposa vista ropa demasiado ajustada o reveladora. Debemos valorar nuestra norma de belleza y modestia por lo que dice la Biblia, sin importar lo que dicte la sociedad o las últimas modas.

Belleza física práctica y piadosa

Hay un equilibrio entre presentarnos lo mejor que podemos para nuestro esposo, nuestra familia y aquellos que nos observan, y creer que nuestra belleza depende únicamente de nuestra apariencia externa. Como mujeres cristianas, es importante vestir de tal manera que traigamos gloria a Dios y a nuestro esposo.

El ejemplo que ponemos para nuestros hijos por nuestra manera de vestir es importante. Las niñas que crecen en un hogar donde su madre viste modestamente y a la vez atractivamente, serán influenciadas también a escoger colores y estilos de buen gusto. Además, los niños varones que crecen con madres que visten hermosa y modestamente respetarán a otras mujeres y niñas que visten de igual manera.

Algunas de las mujeres más felices que he conocido eran de aspecto muy común o tenían un poco de sobrepeso. Vestían atractivamente y su peinado era ordenado, sin embargo, no de una manera que atraía atención a ellas mismas. Hablaban suavemente y su sonrisa genuina convertía un rostro común en uno de belleza.

Nuestra cultura occidental nos da la impresión de que un índice de masa corporal de más de 25 ya es sobrepeso y que ninguna mujer puede estar contenta si tiene incluso un poco de sobrepeso. Nos proclaman esta idea en los anuncios, la talla de ropa que tiene el lugar más destacado en las tiendas, los planes de dieta y ejercicio, y las píldoras que supuestamente nos ayudan a perder peso rápidamente. La mayoría de las bragas más bonitas se hallan

solo en tallas pequeña o mediana. Una mujer tendrá que buscar mucho más para hallar bragas bonitas en tallas más grandes.

No es necesario que estés delgada o pierdas todo el peso que aumentaste durante el embarazo para estar feliz. Soy testigo del hecho de que ser delgada no te hace milagrosamente contenta con la manera que fuiste creada. Antes de tener hijos, cuando estaba en mi punto más delgada de mi vida, me era una gran lucha aceptarme como Dios me creó. Cuando me miraba en el espejo, notaba todas mis faltas.

Aun las actrices y modelos, que se consideran una norma de belleza, deben mejorar su apariencia con capas de maquillaje y cirugías y, aun así, sus fotos son editadas y retocadas. Sin los mejoramientos, una modelo sería igual que cualquier mujer que miras en el supermercado.

El mundo hace alarde de la belleza femenina en todas las vitrinas, en línea, en anuncios y en casi cada revista que llega en el correo. La belleza física de una mujer se usa sin vergüenza para vender cualquier cosa. Vallas publicitarias que muestran mujeres semidesnudas se colocan en público donde las personas tengan que mirarlas, quieran o no. La belleza física se presenta como un bien que las mujeres deben dar a cambio del supuesto amor. La belleza de la mujer ayuda a vender productos y añadir seguidores en las redes sociales. Nuestra cultura promueve la idea de que el cuerpo de una mujer es lo mejor que ella puede ofrecerle al mundo.

La Biblia dice que Dios creó a los seres humanos a su imagen.[50] Eclesiastés 3:11 dice: "Todo lo hizo hermoso". Sin embargo, al lado de cada verdad de Dios, Satanás ha puesto una falsificación. La cultura dice que no eres bella sencillamente de la manera que Dios te creó; para ser hermosa debes cubrir tus faltas, hacer que tus ojos sean diferentes de lo que son naturalmente y que tus pestañas sean más largas y gruesas.

No hay nada malo en desear la belleza. El Cantar de los cantares de Salomón registra el cuidado que la mujer tomó para embellecerse para su esposo. El motivo por el cual buscamos embellecer nuestro exterior es lo que debemos poner a prueba. ¿Es para ser aceptada por el grupo de los populares, para poder publicar selfis en las redes sociales y para disfrutar los cumplidos y los "me gusta"? ¿Deseas perder peso porque crees que únicamente

[50] Génesis 1:27

tu cuerpo antes de tener hijos es digno del amor de tu esposo y tus amigas?

O ¿buscas embellecerte más para tu esposo? Basa la elección de tu ropa en sus deseos. Quizás él no te da su opinión. ¿Será posible que en el pasado hayas desechado sus opiniones en esta área, o en alguna otra?

¿Prefiere tu esposo los vestidos con estampados grandes o pequeños? Usa lo que a él más le gusta. ¿A él le gusta el color azul, mientras que tú prefieres tonos marrones? Asegúrate de tener su color favorito entre tus vestidos, aun si no te gusta personalmente, y usa ese vestido con una sonrisa especialmente para él. Saca los tonos marrones que a él no le gustan y busca otros colores que les gustan a ambos para balancear los colores donde tienen desacuerdo.

Mi esposo no siempre tiene una opinión de las modas de vestir que van y vienen en nuestra sociedad, como bufandas o abrigos o una blusa sobre el vestido. Con todo, a él le molesta si visto algo solamente porque está de moda o porque las demás lo hacen, en lugar de vestir modestamente y para agradarlo a él.

Cuando me paro frente al ropero el domingo por la mañana y soy tentada a usar cierto vestido para impresionar a otras, miro qué color de camisa se puso mi esposo y coordino mi vestido con su camisa. O sencillamente no uso ese vestido ese día, porque lo puedo usar otro día cuando no sea tentada a sentir orgullo de mi vestimenta.

¿Qué tal tus peinados? ¿Cambian constantemente? ¿Menciona tu esposo que algunos no le agradan? ¿Dice él que te tardas demasiado frente al espejo? 1 Corintios 7:34 dice que la mujer casada se preocupa de cómo puede agradar a su esposo. Eso incluye agradar a tu esposo en tu vestir y tu apariencia.



Es posible vestir atractivamente sin seguir las modas. De hecho, es importante usar ropa que es modesta y ordenada y que complementa la forma de nuestro cuerpo. Usar un vestido o falda no nos hace automáticamente parecer femeninas. Podemos dar un mal testimonio de la belleza del evangelio al usar ropa que no nos queda bien, sea muy ajustada o demasiado floja, fea o desaliñada. No hay virtud en mirarte desagradable.

¡Cuán hermosas serían las mujeres si todas se vistieran con dignidad! La juventud y un cuerpo delgado no son necesarios para vestir atractivamente. Vestir de manera bonita para la vida diaria te anima a sentirte positiva respecto del trabajo que tienes por delante, pero siempre recuerda que tu actitud es mucho más importante que la belleza de la ropa que vistes. Lo más importante es glorificar a Dios. Luego refleja el gozo que posees como cristiana al escoger ropa que atraiga a otros a Dios.

Descubre la forma de tu cuerpo y aprende a vestir de tal manera que oculte tu forma ordenadamente. Si tienes caderas anchas, las faldas bien fruncidas únicamente las acentúan. Si usas abrigos o blusas, deben llegarte lo más hasta la cintura o bien abajo de las caderas. ¿Tienes brazos gruesos? Usa mangas que te lleguen hasta los codos o más abajo. Una manga un poco fruncida puede esconder el hecho de que tienes hombros bien inclinados. Un busto grande se mira más modesto con líneas claras y una cintura fruncida o una cintura suelta.

Compra un espejo largo y antes de salir de tu habitación en la mañana, revisa tu apariencia, incluyendo tu parte posterior. La ropa que puede verse bien cuando nos la ponemos por primera vez y la acomodamos, puede caer en todos los lugares equivocados mientras trabajamos. Procura vestir ropa fluida pero no demasiado holgada. No compres ni costures ropa de cierta manera solamente porque está de moda. Es mejor tener poca ropa que complementa tu cuerpo modestamente que un ropero lleno de ropa que no te queda bien.

Toma un poco de tiempo para evaluar tu apariencia usando las siguientes preguntas para empezar.

- ¿Es mi vestimenta bonita, femenina y elegante o es fea y desaliñada?
- ¿Cubre mi cuerpo adecuadamente o es demasiado ajustada u holgada?
- ¿Me veo desordenada o me queda bien la ropa sin ser provocativa?
- ¿Hay partes donde mi ropa es demasiado escotada o corta?
- ¿Cómo es afectado mi humor por el color, la tela y el estilo? ¿Me hace sentir contenta o pesimista lo que ando?
- ¿Es la tela y el diseño femenino o se inclina hacia el masculino?

Nuestra manera de vestir habla mucho al mundo que observa. El hecho de que somos mujeres de Dios debe hacer que vistamos diferente a las modas aceptadas en nuestra cultura de mallas y blusas ajustadas, faldas cortas, pantalones y shorts que carecen de feminidad y elegancia o incluso vestidos y faldas largas que realzan nuestras formas acentuadas.

Consejos naturales para la belleza

Cada una de nosotras decide cómo tratamos nuestra propia belleza física. Mis pensamientos en esta sección no son mandatos bíblicos. No deseo establecer una norma en esta área; solamente porque yo no haga ciertas cosas no significa que tú no estés en paz con Dios si las haces. Y solamente porque yo haga ciertas cosas por mi apariencia física no significa que tú debas sentirte insuficiente si no las haces. Solamente deseo darte un poco de inspiración y ánimo de cuidar tu apariencia física en una manera que agrade a tu esposo y a tu familia.

En el cuidado de la belleza, como en otros aspectos de ser mujer, nuestra pregunta básica debe ser "¿por qué hago lo que hago?" ¿Nos enfocamos en nuestra belleza física únicamente cuando vamos a ver a más personas que solamente nuestro esposo e hijos o cuidamos nuestra apariencia aun cuando solamente vamos a estar en la casa? En esta área de la apariencia física, debemos ser transparentes con nuestro esposo cuando nos da sugerencias o nos pide que no hagamos cierta cosa.

Durante muchos años luché con sentirme bella, así como Dios me hizo. Aunque no usaba maquillaje, me arreglaba las cejas. Entonces un día, mi esposo, quien me observaba, me dijo que él no necesariamente me quiere más con mis cejas arregladas que si no las tengo. Me puso a pensar que normalmente me las arreglaba el sábado por la noche o el domingo por la mañana antes de ir al culto. Eso iba en contra de la norma que pensaba que tenía para mí misma; cuidar mi apariencia tanto durante la semana para mi esposo como lo hacía para otros cuando salía al público.

La belleza natural no significa que tengas que gastar tanto dinero en el cuidado de tu piel. Hay muchas recetas sencillas de belleza que puedes hacer con ingredientes que ya tienes a mano. Esas son mis favoritas. Con el paso de los años, también he hallado unos productos que me gusta tener a

mano como arcilla de bentonita, aceites y carbón.

El cuidado de la piel

El aceite de coco se usa de muchas formas en el cuidado de la belleza. Se pueden hacer exfoliaciones corporales con ingredientes sencillos de partes iguales de azúcar y sal mezclado con aceite de coco. Al mezclar el aceite de coco derretido con el azúcar, haz una prueba con un poco del exfoliante al aplicarlo en tus manos. Luego enjuágatelas con agua tibia. Si permanece un poco de aceite en tus manos, tienes suficiente aceite en la mezcla. Si gustas, agrega unas gotas de aceite aromático.

Los exfoliantes corporales funcionan mejor en una ducha. Con una cuchara, unta un poco en una toallita y en círculos, frota suavemente tu piel. Enjuágate con agua tibia, pues si el agua es demasiado caliente, derretirá la delgada capa de aceite que deja tu piel suave y hermosa.

El aceite de coco es un maravilloso lubricante íntimo. Si lo bates durante varios minutos, el aceite se llena de aire y si guardas el aceite fuera de la luz del sol, permanecerá suave, haciéndolo mucho más fácil de usar.

El cuidado facial

Si sufres de acné, primeramente trata de balancear tus hormonas y tu dieta. A la vez, hay algunas cosas que puedes hacer exteriormente. Después de lavar mi rostro, aplico un limpiador comprado y lo dejo reposar durante media hora. Es transparente y no se nota que me lo he untado. Luego, lavo mi rostro con agua tibia y aplico una capa delgada de aceite de coco o un aceite similar que no obstruye los poros.

Lavarte con aceite para limpiar los poros es tan sencillo que lo puedes hacer cada vez que te duches. Aplica una capa delgada de aceite de coco y luego sostén una toallita muy caliente sobre tu rostro hasta que se enfríe. Repite dos veces más; luego vuelve a aplicar una capa delgada de aceite y permite que se incorpore. Si tu rostro ya es grasoso, lavarlo de toda la grasa no solucionará el problema, ya que tu piel reaccionará con producir más aceite. Usa un aceite ligero como el aceite de coco que no obstruye tus poros.

Semanal o mensualmente usa una mascarilla facial con una base de arcilla de bentonita para lavar profundamente tu rostro y reforzar los poros. Puedes

agregar flores de lavanda, sábila, carbón o aceites esenciales a tu mascarilla. Aunque la mascarilla de arcilla es mi favorita, en lugar de esa, puedes usar clara de huevo batida como base.

Un sencillo tratamiento de vapor lava tu piel al hacerla sudar. Lo único que necesitas es una olla con agua caliente (pero no hirviendo) y una toalla. Sostén la cabeza sobre la olla y coloca la toalla sobre tu cabeza, asegurándote de que el vapor no se escape. Permanece dentro del vapor durante cinco a diez minutos, de vez en cuando limpiando tu rostro con la toalla para que el sudor no sea impedido por las impurezas que tu piel ya ha soltado.

Celulitis

El aceite de pomelo hace maravillas en deshacer depósitos de celulitis y tonificar la piel de las piernas o cualquier otra parte de tu cuerpo. Mezcla media onza líquida de aceite de pomelo con media taza de aceite de coco. Bate en una batidora durante cinco minutos o hasta que quede suave y liviano. Vierte en un vaso bonito. Frota sobre las áreas de celulitis una vez al día. Después de una semana comenzarás a notar una diferencia. Solamente una advertencia: por la alta razón de aceite de pomelo a aceite de coco necesaria para deshacer la celulitis, no recomiendo usar esta mezcla en el rostro.

El cuidado del cabello

No te avergüences de tus canas. Nunca volverás a tener veintiún años. Las ancianas más hermosas que he conocido son las que tienen líneas de sonrisa y cabello rayado de blanco o con una "corona" plateada. Sin embargo, mantén tu cabello limpio y brillante para tu esposo e hijos y cualquier otra persona con quien te encuentres.

Un aguacate demasiado maduro mezclado con un huevo entero y un poco de aceite de oliva hace una maravillosa mascarilla para el cabello y el rostro. Para disolver la caspa, mezcla partes iguales de aceite de coco y limón y aplícalo a tu cabello, dejándolo reposar entre media y una hora antes de lavártelo con champú. Aceite de coco, un huevo y una o dos cucharadas de miel de abeja hace una mascarilla para el cabello, dejándolo brillante y nutrido. Para fácilmente lavar el aceite de tu cabello, aplica champú al cabello "seco" e incorpóralo bien antes de sumergir tu cabello en el agua. Vuelve a aplicar el

champú, luego termina de lavar tu cabello como lo acostumbras.

Pedicuras

Las pedicuras incluyen una taza de agua muy caliente a la que se agrega media taza de bicarbonato de sodio y media taza de sal. El bicarbonato y la sal ayudan a suavizar la piel. Puedes hacer una pedicura tan gourmet como deseas al exfoliar tus pies con un exfoliante de azúcar y agregar aceites aromáticos al agua. A veces en las tiendas de segunda mano puedes hallar ceras baratas, que hacen que tus pies se sientan suaves cuando remueves la cera.

Después de remojar tus pies durante al menos quince minutos y luego secarlos, una piedra pómez funciona muy bien para remover la piel seca y muerta de tus talones cuando aún están húmedos. Aplica crema o aceite y ponte calcetines cómodos

Cómo hallar tiempo para el cuidado de belleza

No todas somos la reina Ester, quien tenía personas asignadas para preparar sus baños y ritos de cuidado personal. Somos madres que vivimos en la realidad de bebés y niños mayores. También tenemos la responsabilidad de cuidar de una casa además de muchas otras cosas. Sin embargo, esto hace aún más importante sacar unos cuantos minutos para rejuvenecer, aun si es relajarnos en una bañera y leer un libro.

Me encantaría poder tomarme un baño cada noche completo con pétalos de rosa, sales de baño de lavanda y leche, velas y música suave. Sin embargo, esa no es mi realidad, ni tampoco espero que algún día lo sea. Mi realidad parece más una rápida mascarilla para el rostro o el cabello mientras los niños están felices jugando. Es raro que haga una mascarilla facial o para el cabello, una pedicura o aun un baño sin ser interrumpida. Mis mascarillas faciales o para el cabello sorprenden al niño que vino a contarme lo que otro hacía, piecitos se agregan al tazón de mi pedicura o, cuando los pies ya no son tan pequeños, más tazones convierten mi tiempo a solas en una fiesta. Nada me devuelve a la realidad tan rápidamente como cuando oigo que tocan la puerta cuando estoy a medio baño, cuando mis hijos tenían que estar dormidos.

Mi realidad incluye hacer mis propias sales de baño y el internet está lleno

de muchas ideas. Lo que más me gusta es hallar bases que me gustan, y luego cambiarle la fragancia. Remueve las etiquetas de los vasos viejos de jaleas y allí tienes una jarra hermosa para los exfoliantes y las sales.

En nuestro hogar, ponemos esfuerzo en hacer que el sábado sea un día para relajarnos, leer o realizar proyectos, o aun solamente pasar tiempo jugando juntos. Así que el sábado en la mañana, después del desayuno es mi hora favorita de hacer un régimen de rostro y cabello y de vez en cuando agregar una pedicura. Una mascarilla para el cabello y una para el rostro fácilmente se pueden hacer al mismo tiempo, mientras lees o andas por la casa. Si decido hacer los tratamientos de vapor, hago la mascarilla para el cabello antes o después para que el vapor no haga que la mascarilla se salga del cabello.

Me gusta dar al menos una hora cuando hago un tratamiento facial al vapor. Primeramente, comienzo con el vapor, luego me seco el rostro antes de añadir una mascarilla de arcilla. Permito que la mascarilla se seque antes de lavarla, vuelvo a usar el vapor y luego uso un limpiador. (Yo uso uno llamado Sunshine Concentrate). El vinagre de manzana diluido con agua hace un buen tonificador y cuando se seca, termino con frotar mi rostro con un humectante.

Los exfoliantes, las mascarillas y los hidratantes pueden hacer que tu piel parezca fresca y suave, sin embargo, algo que he descubierto es que no remueven las arrugas que causan tus sonrisas o los ceños fruncidos. Al mismo tiempo, ¿quiero esconder la evidencia de los momentos alegres? Puedo mirar esas arrugas como algo bello.

El mundo vende productos de belleza a las masas para hacerlas aparentar veinticinco cuando tienen cincuenta. Pero el maquillaje nunca oculta el hielo en los ojos de una mujer ni la voz áspera cuando ella habla con su esposo o hijos. Los anuncios no permiten que una mujer esté feliz consigo misma sencillamente de la manera que Dios la creó.

Seamos mujeres de Dios que somos diferentes del mundo. Dios nos creó a cada una hermosa de la manera que él quiso. Tienes una elección: ¿permitirás que tu sonrisa transforme tu rostro y tu corazón? ¿Estarás feliz con la manera que él te hizo o irás en busca de cremas para pintar tu cabello y lápices para hacer que tus ojos se miren más grandes o de una forma distinta a la natural?

¿Permitirás que el brillo en tus ojos y tu sonrisa cálida señalen a otros a Jesús o impresionarás a otros con tu ropa a la moda y tu apariencia perfecta?

Crema corporal de café

- 1 taza de aceite de coco
- ½ taza de café molido con sabor (mis sabores favoritos son vainilla francesa y avellana)
- 1 cucharadita de canela
- ¼ taza de aceite base (oliva, semilla de uva o almendra)
- ¼ taza de cera de abeja

Calienta el café, la canela y el aceite de coco a fuego lento hasta que hierva. Luego hiérvelo durante cinco minutos. Retíralo del fuego y déjalo reposar durante media hora. Hiérvelo otra vez a fuego lento durante cinco minutos. Déjalo reposar durante ocho horas o hasta el día siguiente. Vuélvelo a calentar hasta que se derrita el aceite de coco; luego pasa la mezcla por un colador muy fino. Agrega la cera de abeja y el aceite base a la mezcla de aceite de coco y calienta hasta que la cera se haya derretido. Viértelo en un recipiente o una taza para medir de vidrio y colócalo en el refrigerador hasta que la mezcla se endurezca. Bátelo con una batidora eléctrica durante cinco minutos. Échalo en un vaso bonito y disfrútalo.



La mujer de Proverbios 31



El movimiento feminista ha trabajado arduamente durante años, empujando su agenda sobre el mundo. La ideología feminista promueve la mentira venenosa de que todos los hombres explotan a las mujeres y que las mujeres son superiores a los hombres.

Multitudes de mujeres creen que, para no ser alfombras y para demostrar que son tan importantes como los hombres, deben levantarse y dejar sus hogares y entrar al mundo del trabajo. Otros quizás toman la actitud de "pobrecita yo" y esperan que los esposos hagan las tareas domésticas aun si la mujer ha estado en la casa todo el día.

La mentira original

En Génesis 3:1-5 leemos de la mentira original de Satanás que engañó a la primera mujer. Desde entonces ha estado engañando a las mujeres al hacerles preguntas similares a la que le hizo a Eva: "¿Conque Dios te ha dicho que no comas de todo árbol del huerto?"[51] Nota cómo Satanás insertó algunos pensamientos que Dios no había expresado. Dios había prohibido el fruto de solamente un árbol, no de todos. Él también inculcó duda en la mente de Eva, "¿Conque Dios…?" Y luego Satanás le hizo creer a Eva que Dios no estaba verdaderamente en serio cuando dijo que la pena de la desobediencia era la muerte. "No moriréis; sino que sabe Dios que el día que comáis de él, serán abiertos vuestros ojos… sabiendo el bien y el mal". [52]

Desde el principio, Satanás es un maestro en mezclar un poco de verdad con mucha mentira, y Eva cayó en esta trampa. Ciertamente, el pecado abrió

[51] Génesis 3:1, ESV

[52] Génesis 3:4-5

sus ojos al bien y el mal, sin embargo, ¡oh, las consecuencias mortales de la desobediencia al mandato de Dios!

Todavía hoy Satanás les pregunta a las mujeres: "¿Conque Dios les ha dicho…?", y esta pregunta causa confusión y discordia en nuestros corazones y hogares. Él todavía mezcla un poco de verdad con sus mentiras, para que nosotras comencemos a dudar que los mandatos de Dios son para nuestro bien.

- ¿Realmente dijo Dios que las mujeres deben permanecer en el hogar y trabajar todo el día sin recibir pago, reconocimiento o recompensa?
- ¿Realmente dijo Dios que las mujeres deben servir ciegamente a su esposo, permitiendo que él la pisotee como si fuera una alfombra?
- ¿Realmente cree Dios que los hombres son mejores que las mujeres y que los hombres son los únicos que pueden tomar un descanso de lo corriente y salir a trabajar?
- ¿Realmente dijo Dios que debes estar contenta con lo que tienes o está él reteniéndote de la felicidad que podrías gozar si tan solamente pudieras poseer las cosas hermosas y elegantes que anhelas?
- ¿Realmente cree Dios que es incorrecto cuando mi esposo cuida a los niños en las noches o los fines de semana para que yo pueda tener tiempo a solas para ir de compras o perseguir un negocio al margen?

Proverbios 31 para la mujer moderna

¿Te sientes inspirada por la descripción de la mujer virtuosa en Proverbios 31:10-31 o dudas que algún día la puedes lograr? Por supuesto, no podemos ser exactamente como esta mujer ideal, pues el pasaje fue escrito en un ambiente y una era distinta de la que nosotras experimentamos. Sin embargo, vemos principios de Proverbios 31 que podemos aplicar a nosotras como esposas donde vivimos hoy.

Para ser una esposa virtuosa, debemos estar llenas y vacías al mismo tiempo; llenas de fe y vacías de nosotras mismas y abiertas para ser llenas de la Palabra de Dios y sujetas a su diseño para nosotras.

Proverbios 18:22 dice que el que halla esposa halla el bien, y alcanza la benevolencia de Jehová. En Proverbios 31:3, la madre de Lemuel le hace una advertencia en contra de dar su fuerza a la clase de mujer que lo destruiría

como rey. Ella entonces describió la clase de mujer que debía buscar, una mujer virtuosa que le sería de bendición. Aun hoy, este cuadro de una buena esposa inspira y anima a las mujeres piadosas a ser todo lo que Dios quiso que fueran.

Versículo 10

"Mujer virtuosa, ¿quién la hallará? Porque su estima sobrepasa largamente a la de las piedras preciosas".

Nosotras somos una posesión preciada para nuestros esposos según vivimos nuestra vida. Una mujer sabia comprende que ningún otro puede vivir una vida santa por ella. Así que, cuando día tras día vienen las interrupciones e irritaciones, ella procura permitir que le ayuden a fortalecerse en resistencia. [53] Comprende que el estrés y la preocupación causan mucho caos emocional y, por tanto, ella sigue escogiendo entregar sus caminos al Señor, confiar en él y creer que él es fiel. Al tomar estas decisiones día tras día y permitir que formen su vida, ella viene a ser una mujer de integridad y gozo, aun en los tiempos difíciles.

Versículo 11

"El corazón de su marido está en ella confiado, y no carecerá de ganancias".

Una mujer virtuosa demuestra con sus hechos que su esposo puede confiar en ella. Cuando está en el trabajo, él no tiene que preocuparse de que ella está ociosa, sin disciplinar ni enseñar a sus hijos. Por el trabajo de su esposa, él puede regresar a una casa ordenada y tranquila.

Sin importar cuánto dinero lleva su esposa cuando va a comprar los comestibles y otras necesidades o aun las cosas que ella desea, busca bendecir a su esposo y gasta con eso en mente. Él descansa en saber que ella está contenta con lo que él provee y no compara sus ingresos con los de otros. Confía que Dios suplirá todas sus necesidades y comprende que aun en el área del dinero, puede ayudar a edificar su casa al estar satisfecha con lo que su esposo gana. Buscará hacer del arroz y las judías una fiesta elegante con los condimentos que usa y la manera en que presenta

53. Santiago 1:2-4

la comida.

Ella honra a su esposo al comprar la clase de comida que él desea comer y al servirle con una sonrisa, aunque quizás no sea su preferencia de dieta para su familia.

Versículo 12

"Le da ella bien y no mal todos los días de su vida".

Su esposo halla gozo en su esposa e hijos felices. Él está libre para esforzarse al máximo en su trabajo, pues ella apoya sus esfuerzos en lugar de acusarlo de fracaso. Ya que no está impedido por una esposa quejosa, él es exitoso.

Versículo 13

"Busca lana y lino, y con voluntad trabaja con sus manos".

En los días de Lemuel, las mujeres necesitaban lana y lino para poder tejer los hilos para hacer telas. Esta mujer diligente no esperaba hasta que se los trajeran, sino que iba en busca de estos. Qué buen ejemplo para nosotras, de trabajar para nuestro hogar con disposición, sea conveniente o no. Podemos seguir el ejemplo de Jesús de servir aun en los lugares humildes, tomando la decisión vez tras vez de cultivar un corazón de gratitud al hacer las tareas diarias y corrientes.

Versículo 14

"Es como nave de mercader; trae su pan de lejos".

En la antigüedad, las naves de mercader se usaban para trasportar bienes para los comercios provechosos. Los mercaderes buscaban las mejores rutas que les trajeran los mejores precios para sus bienes.

Este versículo implica que la mujer virtuosa cuidadosamente estudia su rumbo. Así como las naves de mercader no iban y vendían sus productos en el lugar que acababan al azar, la mujer cristiana también mantiene su visión principal de cómo puede atender mejor a su familia al amar y servir a Dios.

Ella hace planes de antemano de qué comida y ropa comprar. Cuidadosamente busca planear menús que mejor aprovechan el dinero que su esposo suple para los comestibles y sabe cómo servir comidas deliciosas

económicamente. Aunque preparar comidas sabrosas para su familia requiere mucho tiempo, busca diligentemente alimentarlos con comidas nutritivas y atractivas.

Versículo 15

"Se levanta aun de noche y da comida a su familia y ración a sus criadas".

Esta descripción nos inspira con el ejemplo que nos da la mujer virtuosa de tener su día planeado. No se levanta cuando le da la gana ni le sirve el desayuno a su familia de mala gana. Esto tampoco implica que hace un desayuno de cinco platos. Más bien, es alabada por su actitud, su disposición de planear su día sabiamente, su diligencia en cuidar a su familia y su cuidado sabio de su hogar.

Porque quiere que su influencia en la edificación de su hogar glorifique a Dios, no pasa su día haciendo cosas que no tienen valor. Aunque muchas tareas domésticas parecen ordinarias, hacerlas con un corazón dispuesto la refina y forma en ella un carácter que es entregado a Dios y dispuesto a servirle en otras áreas. Su actitud trae fortaleza y sabiduría a los mensajes que transmite a sus hijos y a otros.

Versículo 16

"Considera la heredad, y la compra, y planta viña del fruto de sus manos".

La mujer que se presenta aquí no es una agente de bienes raíces. Es la que compra el campo, no la que lo vende. Puedo imaginarme que la mujer de la casa, quien debe viajar largo para comprar los alimentos, ve los beneficios de sembrar una hortaliza en la casa. Me la imagino buscando la ayuda de sus hijos para sacar las piedras del campo y hacerle una cerca alrededor. Me la imagino cantando con sus hijos mientras trabajan, resolviendo argumentos y enseñándoles "un poquito allí, otro poquito allá". [54]

Versículo 17

"Ciñe de fuerza sus lomos, y esfuerza sus brazos".

Es tan fácil evitar las tareas indeseables, especialmente si nadie las nota. Pero esta mujer "ciñe de fuerza sus lomos", lo que indica que ella

[54] Isaías 28:10

está dispuesta a trabajar y se ha preparado para hacer esas tareas lo mejor que puede.

Versículo 18

"Ve que van bien sus negocios; su lámpara no se apaga de noche".

Como esposa, madre y cuidadora de nuestra casa, tendremos momentos de fatiga, desánimo y dolor físico. Y, sin embargo, al tomar pasos para hacer lo mejor en cualquier situación en que nos hallamos, Dios nos da de su fuerza para hacer su voluntad. Al buscar a Dios y su reino[55] y hacer todo en amor, podemos descansar en el hecho de que hemos hecho lo mejor. En algunas épocas de la vida, hacer lo mejor puede incluir más labor física o más resultados de nuestro tiempo invertido. Juzgamos la productividad de cada día por las semillas que sembramos, no solamente por la cosecha que vemos en el momento.

Podemos hacer cosas pequeñas para ayudar a hacer liviana la carga; podemos lavar una tanda de ropa en la noche antes de ir a dormir, y en la mañana poner algo a cocinar en la olla de cocimiento lento y así, al final del día, podemos servirle a nuestra familia una cena caliente y nutritiva

Versículo 19

"Aplica su mano al huso, y sus manos a la rueca".

Éxodo 35:25-26 describe a las mujeres que hilaban para hacer los hermosos tapices para el tabernáculo como sabias de corazón, dispuestas y hábiles. Todavía hoy, la mujer virtuosa se ocupa en actividades productivas que la benefician a ella y a los que la rodean.

El versículo 15 de Proverbios 31 dice que esta mujer tenía criadas, lo cual le hubiera dado la oportunidad de sentarse y relajarse y permitir que otros hicieran su trabajo. Sin embargo, no escogió ni practicó ese estilo de vida; más bien, se ocupó junto con sus "criadas", demostrando que no creía que, como el ama de la casa, era demasiado importante para hacer cualquier tarea.

Versículo 20

"Alarga su mano al pobre, y extiende sus manos al menesteroso".

---

[55] Mateo 6:33

Le da un sándwich a la persona que sostiene un cartel de cartón en la esquina de la calle o le da un poco de dinero a la joven madre estresada y cansada en la fila detrás de ella en el supermercado. Cuando oye que alguien de la iglesia está enfermo, no espera para llevarle una comida.

Una mujer que vive su vida para traerle gloria a Dios recuerda que todos somos iguales al pie de la cruz. No hay nadie demasiado andrajoso, demasiado pobre, demasiado pecaminoso que ella no puede alcanzar y ayudar cuando Dios le presenta la oportunidad. Les enseña a sus hijos que el verdadero cristiano es bondadoso y dulce con los menos afortunados. Un cristiano se agacha y sirve a aquellos a quienes el mundo le ha dado las espaldas, sin otra recompensa que señalarles la bondad y amor de Jesús.

Versículos 21-22

"No tiene temor de la nieves por su familia, porque toda su familia está vestida de ropas dobles. Ella se hace tapices; de lino fino y púrpura es su vestido".

Ella sabe que sus hijos y su esposo tienen suficiente ropa para todas las estaciones, especialmente el invierno, pues ha hallado gangas en las tiendas de segunda mano y cuando compra en descuento a lo largo del año, juntando un poquito aquí y otro poquito allá.

Muchos de los estilos actualmente a la venta no calzan en la categoría de "bien vestida" para la mujer virtuosa, así que ella toma el tiempo extra para costurar ropa que le conviene a la mujer de Dios. Si costura su propia ropa, busca vestirse ordenadamente y hacer ropa que le trae gloria a Dios, no la que eleva su propia posición social.

Durante los "inviernos" difíciles de la vida, cuando las familias se ven afectadas emocional, física y espiritualmente, la mujer virtuosa está preparada por haber cultivado una relación estrecha con Dios. Tiene gran influencia sobre el bienestar de su familia, al no luchar contra las personalidades que Dios le ha dado a su esposo e hijos, sino que halla su seguridad y confianza en Dios. Ella enseña y entrena a sus hijos en gracia, al acercarlos a Dios.

Versículo 23

"Su marido es conocido en las puertas, cuando se sienta con los ancianos de la tierra".

Una esposa gozosa y capaz habla bien de su esposo. Su habilidad de servir como anciano o siervo en el ministerio depende mucho de la buena conducta y el apoyo de su esposa. Tales mujeres son muy apreciadas, no solamente por sus esposos, sino también por sus congregaciones.

El esposo de la mujer virtuosa era "conocido en las puertas" donde se hacían las cortes de justicia y los casos eran escuchados y tratados por los jueces y los ancianos de la tierra. El esposo de la mujer virtuosa era notado, no por las ropas finas que vestía, sino más bien por su sabiduría. Ser el esposo de tal mujer que lo edificaba con sus palabras y la manera sabia de gobernar su casa lo hacía un hombre de dignidad, un hombre en cuyo corazón Dios trabajaba para hacer un hombre de excelencia y de firme carácter. Un hombre cuya esposa lo anima tiene buena presentación ante todos los que lo rodean. Él puede andar confiado entre sus amigos, sabiendo que ella busca su bien, lo honra y lo respeta.

Versículo 24

"Hace telas, y vende, y da cintas al mercader".

Hechos 16:13-15, 40 relata la historia de Lidia, una vendedora de púrpura, quien oyó el mensaje de Pablo, abrió su corazón a Dios y fue bautizada. Ella entonces tuvo el peso de llevar el evangelio a su región, invitando a los misioneros a su hogar y cuidando de ellos.

En Filipenses 4:15-16, Pablo recuerda la abundante ayuda que le brindaron las personas de Filipos, no solamente mientras estaba allí, sino también mientas viajaba. Es evidente que Lidia usó sus recursos al abrir su hogar para bendecir a otros y expandir el reino de Dios. Su disposición de abrir su hogar a los misioneros ayudó en gran manera a traer la salvación a los gentiles. Así también podemos usar los recursos que nosotras tenemos a mano para expandir el reino de Dios en nuestro hogar y para bendecir a cualquiera que nos rodea.

Versículo 25

"Fuerza y honor son su vestidura; y se ríe de lo por venir".

En este mundo caído y quebrantado, constantemente somos bombardeados con dificultades, ya sean espirituales, emocionales o económicas. Sin embargo, día tras día, en lugar de rendirse ante la amargura o depresión, la mujer piadosa crece constantemente en paciencia, fe, amor, sabiduría y gozo. Sabe que no importa lo que enfrenta en el camino, Dios está presente y ella confía en que él resolverá los detalles de su vida mientras busca glorificarlo en cada circunstancia. El gozo del Señor verdaderamente es su fuerza y está gozosa en la seguridad que ha hallado en él. En lugar de entregarse a la mentalidad de víctima cuando se halla en circunstancias difíciles, sabe que las decisiones que tome hoy tendrán un impacto en el futuro. Así, día tras día, ella invierte en la vida de su esposo e hijos, buscando traer gloria a Dios y transmitiendo la verdad de Dios y la esperanza de salvación a sus hijos y los que la rodean.

Versículo 26

"Abre su boca con sabiduría, y la ley de clemencia está en su lengua".

¿Cuál mujer de Dios no anhela y lucha por mantener palabras clementes en su lengua? Busca enseñar a sus hijos con bondad y gracia. Busca hablar con bondad aun al enfrentar acusaciones injustas y recuerda que la blanda respuesta quita la ira.

Ella es serena y bondadosa porque no siente culpa en su corazón causada por holgazanería durante el día. Toma decisiones que quitan de su vida las cosas que la dejan estresada y fácilmente irritada con su esposo e hijos.

Versículo 27

"Considera los caminos de su casa, y no come el pan de balde".

Mira por el bienestar de su casa y eso incluye no permitir que sus hijos anden como bien les parezca. Con sus hijos a su lado, ella les enseña las habilidades y respuestas que necesitan para la vida. Un niño se para sobre una silla frente al mueble rallando queso y otro ayuda a mover la masa para un pan dulce, mientras que otros barren el piso, cortan flores para la mesa y ordenan los juguetes. Ella está libre para pasar la noche con su esposo, pues

ha terminado su trabajo durante el día.

Versículo 28

"Se levantan sus hijos y la llaman bienaventurada; y su marido también la alaba".

Cuando sus hijos crecen, miran su sacrificio gozoso al enseñarles y la llaman bienaventurada. *Bienaventurada*: "dotada de favor divino y protección, venerada".

Su esposo la alaba por ser activa en enseñar y entrenar a sus hijos, quienes están felices y contentos porque han aprendido la disciplina y el gozo de servir a su familia. Su corazón siente gratitud y felicidad cuando piensa en su esposa. Él anticipa ir a casa en las noches porque la sonrisa en el rostro de su esposa y el amor en sus ojos la hacen bella a sus ojos.

Versículo 29

"Muchas mujeres hicieron el bien; mas tú sobrepasas a todas".

Sin duda estas eran las palabras de un esposo para su esposa. Él la conoce mejor que cualquier otro. Él ve sus faltas y sus luchas, sin embargo, también la ha visto vivir su fe y confianza en Dios en medio de las dificultades de la vida. Él mira cómo extiende su mano una y otra vez aun cuando él sabe que está cansada. Él mira cómo busca traer gloria a Dios aun si el camino no es fácil.

Ser una mujer excelente no sucede de manera predeterminada; requiere compromiso de todo corazón. La mujer excelente sigue a Dios, se humilla delante de él y permite que él obre en su vida. Sabiendo todo esto, su esposo no puede sino decir: "Tú eres la mujer más maravillosa y bondadosa que conozco. Soy tan bendecido de tenerte como esposa".

Versículo 30

"Engañosa es la gracia, y vana la hermosura; la mujer que teme a Jehová, ésa será alabada".

Este versículo no nos enseña que es malo ser bellas. Dios es la fuente de la belleza y él no la desaprueba. Sin embargo, si nuestro enfoque está constantemente en embellecer cada vez más nuestra imagen externa, podemos enorgullecernos y cegarnos al valor que ya tenemos porque somos creadas a

la imagen de Dios. Cuando nuestro enfoque es la belleza física y el favor de los demás, nuestra autoestima depende de las cosas que rápidamente pueden cambiar. Por otro lado, cuando nuestra confianza y valor vienen de Dios, quien nos creó, nuestra belleza natural no nos enorgullecerá ni nos elevará sobre otros.

Somos un reflejo de la belleza de Dios y su gloria. Él es el que mira la belleza de nuestro corazón, la verdadera belleza que únicamente aumenta con el paso de los años. Su favor es lo único que buscamos.

Versículo 31

"Dadle del fruto de sus manos, y alábenla en las puertas sus hechos".

Cuando otros miran su vida, ven el poder de Dios obrando en el corazón de una mujer común. No necesita jactarse de todas las cosas buenas que ha hecho o de cuán buena madre es, pues sus obras cuentan su historia. Es el anhelo de su corazón que otros miren a Dios cuando están con ella y ese es el motivo detrás de las comidas que hace cada día para su familia, la hospitalidad que demuestra a sus visitas, las palabras alentadoras que habla a los corazones de su familia y otros. Comprende cuánto Dios le ha dado a ella y abre sus manos y su hogar a otros. Muchos son bendecidos por sus hechos bondadosos. Su ejemplo de vivir una vida de servicio para su Señor es una inspiración para otros quienes también buscan vivir para la gloria de Dios.



Ser una mujer que trae gloria a Dios consiste en las decisiones que tomamos en nuestra vida diaria. Cada día debemos tratar de hablar palabras de bondad, hacer lo que edifica a nuestro esposo y buscar las oportunidades que se nos presentan para ayudar a otros. No son las cosas grandes y extraordinarias que hacemos que otros notan. Por el contrario, la mayoría de las cosas que hacemos no serán notadas por la mayoría; sin embargo, vivir diariamente para la gloria de Dios te convertirá en una mujer que bendice a muchos otros. Cuando tu esposo e hijos piensan en ti, no pueden creer la bendición y la buena influencia que has sido en sus vidas.

Reflectores de la luz de Dios

Los buenos matrimonios no suceden por accidente. Son el resultado de una constante inversión de tiempo, amabilidad, perdón, afecto, oración y respeto. Recuerda, tú siempre eres responsable por tus hechos, sin importar cómo te sientes. La vida no se trata de que todo sea fácil. Se trata de seguir a Dios, aceptar su gracia y abrazar su verdad.

El mensaje cristiano es grandemente malinterpretado si ofrece una vida fácil sin lucha alguna. Tarde o temprano, cada creyente descubre que la vida cristiana es un campo de batalla, no un campo de juego. Sin embargo, Dios tiene planes buenos para tu vida, no planes para tu derrota. Aun así, Dios no te forzará a cumplir sus planes, él requiere tu cooperación. Si deseas que sus planes se cumplan en tu vida, debes buscarlo a él. Y si lo buscas, él promete que lo hallarás. Al pasar tiempo con él, llegarás a ser más y más como él, y él te llevará a los buenos planes que tiene para tu vida. [56]

No hagas caso omiso de tus dificultades; aprende de ellas. No permitas que los argumentos o las necesidades de tus hijos te frustren, deja tus cargas en las manos de Dios y aprende a tener paz en las situaciones de la vida. No abandones a aquellos que te han herido; estudia el ejemplo de Jesús y lee la respuesta de José a sus hermanos en Génesis 50:16-21. Aprende poco a poco cómo renunciar a tus derechos, no para ser mártir, sino para llegar a ser sierva de Jesús. Permite que el amor de Jesús transforme tu vida y permite que su amor en tu vida llame a otros a él. Ser bondadosa y perdonadora no disminuirá tu felicidad, así como la llama de una vela no se disminuye al encender otras velas.

Entre más mayor me hago, más comprendo que no existe una vida envidiable. Debo prestar más atención a las bendiciones que tengo y menos a la ilusión óptica de que otros tienen una vida mejor que la mía. No sugiero que te pongas lentes con color de rosa. Mi meta es inspirarte a mirar más allá de lo negativo y cínico a lo positivo y afirmativo. Nada traerá descanso a nuestro corazón como la disposición de estar donde Dios quiere que estemos, no en ningún otro lado. Entonces descubriremos la vida más sencilla y la gran paz que la acompaña.

La gloria de Cristo es que él sale victorioso donde todo lo demás falla.

[56] Jeremías 29:11-13

Él ofrece perdón cuando nuestro corazón dice que nunca podemos recibir perdón. Él nos extiende consuelo cuando la agonía parece imposible de cargar y paz cuando todo está en caos. Él hace milagros y presenta lo posible, aun después de años de aparente inutilidad.

La vida de una esposa cristiana es una vida de entrega, sacrificio y sumisión al seguir en las huellas de Jesús nuestro Salvador. Dios ha prometido bendecirnos con seguridad y gozo si vivimos una vida entregada a él.

Hazte la pregunta: ¿Lo que haces hoy te está acercando al lugar donde quieres estar mañana? ¿Permitirás que tu esposo te guíe y te proteja? ¿Escucharás su corrección y lo tomarás a pecho? Si aceptas el diseño de Dios de la autoridad,[57] habrá paz en tu corazón, tu hogar y tu matrimonio. Te sentirás amada y protegida por tu esposo porque estás feliz en la voluntad señalada y el diseño de Dios para las familias.

Tus errores no te definen. Aprende de ellos y déjalos atrás. Sé un reflector de la luz de Dios en este mundo oscuro. Tus hijos observan cómo respondes a las circunstancias, dificultades y gozos de la vida. Los atraemos a ellos y a otros a Cristo al mostrarles una luz tan hermosa que desean de todo corazón conocer su fuente.

Cuando comparezcas ante Dios, que las decisiones que tomaste en esta tierra permitan que veas su sonrisa de deleite y escuches sus preciosas palabras: "Bien, hija buena y fiel. Bienvenida a mi gozo y mi presencia".

"Al que nos amó, y nos lavó de nuestros pecados con su sangre, y nos hizo reyes y sacerdotes para Dios, su Padre; a él sea gloria e imperio por los siglos de los siglos. Amén" (Apocalipsis 1:5-6).

"No a nosotros, oh Jehová, no a nosotros, sino a tu nombre da gloria, por tu misericordia, por tu verdad" (Salmo 115:1).

[57] 1 Corintios 11:3-16

Una oración para cada día del mes



Yo deseaba saber cómo hacer oraciones eficaces y fervientes más allá de solamente un sencillo: "Bendice a mi esposo. Bendice a mis hijos". Deseaba poder hacer las oraciones que en Santiago 5:16 se describen como oraciones que pueden mucho, oraciones que ayudan a traer sanidad.

Conociendo que Dios creó un mundo perfecto, pero que este mundo ahora está quebrantado, y las realidades del pecado presionan nuestra vida diaria, quería alinear mis oraciones con la voluntad de Dios. ¿Cómo podría estar segura de que estaba orando por las cosas que Dios quería en mi vida, no solamente oraciones llenas de mis propios deseos o lo que yo creía que necesitaba?

La declaración de los discípulos en Lucas 11:1 llegó a ser mi oración: "Señor, enséña[me] a orar". Y entonces, él me enseñó. Aprendí a orar usando las Escrituras en mis oraciones por mí misma y por mi esposo, nuestros hijos y, finalmente, por otros.

En lugar de orar: "Dios, quiero que mi esposo haga un tiempo de adoración familiar", oraba que mi esposo fuera valiente en seguir los mandatos de Dios de Deuteronomio 6:6-9 y que enseñara la Biblia diligentemente a nuestros hijos. Oraba que mi esposo hablara con los hijos acerca de los mandatos de Dios cuando él está dentro de la casa, cuando anda por el camino, cuando se acuesta y cuando se levanta.

Cuando era tentada a rendirme ante la preocupación y el temor, le rogaba: "Padre, te pido que mi esposo te ame con todo su corazón, con toda su mente y con toda su fuerza" (Marcos 12:30). "Ruego que él pueda guardar su corazón de todo mal y que no ponga nada malo delante de sus

ojos" (Salmo 101:3). "Ruego que él ame lo que tú amas y que aborrezca lo que tú aborreces" (Salmo 45:7).

También hallé versículos que me daban palabras para expresar mis anhelos para mis hijos. "Asimismo da a mi hijo (a)… corazón perfecto, para que guarde tus mandamientos, tus testimonios y tus estatutos, y para que haga todas las cosas" (1 Crónicas 29:19). "Ruego que mi hijo(a) no olvide las palabras que le hemos enseñado de la Biblia, sino que su corazón guarde tus mandamientos" (Proverbios 3:1).

Cuando era tentada a temer las cosas que sucedían en el mundo, le daba gracias a Dios que él ha dicho que no debo preocuparme "a causa de los malignos… Porque como hierba serán pronto cortados, y como la hierba verde se secarán" (Salmo 37:1-2). Estaba agradecida con Dios de que no tengo que temer lo que podía suceder en el futuro, pues él está conmigo en dondequiera que vaya (Josué 1:9).

Los Salmos contienen muchas oraciones maravillosas. Oraciones que nos dan palabras cuando nuestro corazón está lleno de lamento y también cuando nuestro corazón rebosa de gozo. Cuando la depresión nos invade o cuando nos sentimos abrumadas por la maldad en el mundo, nos dan dirección cuando clamamos a nuestro Padre.

Muchos de los versículos que he orado se están contestando en mi vida. Normalmente las respuestas no vienen como originalmente creía que llegarían y raras veces han llegado en el momento en que yo los esperaba. Sin embargo, al creer que la Palabra es viva y activa (Hebreos 4:12) y hacer esas oraciones, mi corazón se está deleitando en Dios (Salmo 37:4) y se está alineando a su voluntad para mi vida. Entonces puedo guardar silencio ante Jehová y esperar en él (Salmo 37:7). Cuando el afán quiere invadir mi mente, puedo repetir vez tras vez los versículos en oración, hallando paz al encomendar mi camino al Señor y confiar en él (Salmo 37:5).

Los siguientes versículos son un ejemplo de los pasajes de las Escrituras que uso para orar por mí misma, mi esposo y mis hijos cada día del mes. Lo maravilloso de la Biblia es que los mismos versículos se pueden usar en muchas situaciones diferentes. Así que, siéntete libre de usar estos y otros pasajes como una guía para tus oraciones eficaces. Cambia las palabras según tus necesidades y situaciones, insertando el nombre de tu esposo y

el de tus hijos. Busca versículos que calcen en las situaciones de tu propia vida y anótalos en un cuaderno. Enséñales a tus hijos a orar usando versículos en sus propias vidas también. Haz oraciones de fe, sabiendo que el Padre conoce de qué cosas tienes necesidad (Mateo 6:8) y él "suplirá todo lo que os falta conforme a sus riquezas en gloria en Cristo Jesús" (Filipenses 4:19).

"Y se le dio mucho incienso para añadirlo… sobre el altar de oro que estaba delante del trono. Y de la mano del ángel subió a la presencia de Dios el humo del incienso con las oraciones de los santos" (Apocalipsis 8:3-4).

Por mi esposo

1. Ora que él desee buscar a Dios con todo su corazón. "Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán saciados" (Mateo 5:6).
2. Ora que su corazón se ligue al corazón de tus hijos. "Él hará volver el corazón de los padres hacia los hijos, y el corazón de los hijos hacia los padres" (Malaquías 4:6).
3. "Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea guardado irreprensible para la venida de nuestro Señor Jesucristo" (1 Tesalonicenses 5:23).
4. "Y esto pido en oración, que vuestro amor abunde aún más y más en ciencia y en todo conocimiento, para que aprobéis lo mejor, a fin de que seáis sinceros e irreprensibles para el día de Cristo, llenos de frutos de justicia que son por medio de Jesucristo, para gloria y alabanza de Dios" (Filipenses 1:9-11).
5. "Para que os dé, conforme a las riquezas de su gloria, el ser fortalecidos con poder en el hombre interior por su Espíritu… a fin de que, arraigados y cimentados en amor, seáis plenamente capaces de comprender con todos los santos cuál sea la anchura, la longitud, la profundidad y la altura, y de conocer el amor de Cristo, que excede a todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios" (Efesios 3:16-19).

6. Ora que él permita que Dios sane sus heridas y que perdone a aquellos que le han hecho mal. "Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas" (Marcos 11:25).
7. "Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en dondequiera que vayas" (Josué 1:9).
8. Ora por pureza en su vida: "Entenderé el camino de la perfección… En la integridad de mi corazón andaré en medio de mi casa. No pondré delante de mis ojos cosa injusta. Aborrezco la obra de los que se desvían; ninguno de ellos se acercará a mí" (Salmo 101:2-3).
9. "Y el Dios de esperanza os llene de todo gozo y paz en el creer, para que abundéis en esperanza por el poder del Espíritu Santo" (Romanos 15:13).
10. Ora que él pueda amar lo que Dios ama y aborrecer lo que Dios aborrece. "Has amado la justicia y aborrecido la maldad; por tanto, te ungió Dios, el Dios tuyo, con óleo de alegría" (Salmo 45:7).

Por mí misma

1. "Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas" (Mateo 6:33).
2. "La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo" (Juan 14:27).
3. "Creeré las promesas de Dios con todo mi corazón, aun cuando no comprenda. He aquí que yo hago cosa nueva… ¿no la conoceréis? Otra vez abriré camino en el desierto, y ríos en la soledad" (Isaías 43:19).
4. "El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta" (1 Corintios 13:4-5, 7).
5. "Abre su boca con sabiduría, y la ley de clemencia está en su lengua" (Proverbios 31:26).

6. "Guíame, Jehová, en tu justicia… Endereza delante de mí tu camino (Salmo 5:8) y Abre mis ojos, y miraré las maravillas de tu ley" (Salmo 119:18).
7. Ora que puedas ser un ánimo para otros: "Fortaleced las manos cansadas, afirmad las rodillas endebles. Decid a los de corazón apocado: Esforzaos, no temáis; he aquí que vuestro Dios viene… Dios mismo vendrá, y os salvará" (Isaías 35:3-4).
8. "Envía tu luz y tu verdad; éstas me guiarán; me conducirán a tu santo monte, y a tus moradas" (Salmo 43:3).
9. "Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos! Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús" (Filipenses 4:4, 6-7).
10. "Yo pues… os ruego que andéis como es digno de la vocación con que fuisteis llamados, con toda humildad y mansedumbre, soportándoos con paciencia los unos a los otros en amor, solícitos en guardar la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz" (Efesios 4:1-3).

Por nuestros hijos

1. "Da a mi hijo (a)… corazón perfecto, para que guarde tus mandamientos, tus testimonios y tus estatutos" (1 Crónicas 29:19).
2. "Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; para que seáis hijos de vuestro Padre" (Mateo 5:44-45).
3. "Y todos tus hijos serán enseñados por Jehová; y se multiplicará la paz de tus hijos. Con justicia serás adornada" (Isaías 54:13-14).
4. "Haced todo sin murmuraciones y contiendas, para que seáis irreprensibles y sencillos, hijos de Dios sin mancha en medio de una generación maligna y perversa, en medio de la cual resplandecéis como luminares en el mundo; asidos de la palabra de vida" (Filipenses 2:14-16).

5. “Pon guarda a [su] boca, oh Jehová; guarda la puerta de [sus] labios. No dejes que se incline [su] corazón a cosa mala, a hacer obras impías con los que hacen iniquidad; y no [coman ellos] de sus deleites” (Salmo 141:3-4).
6. “Buscad a Jehová y su poder; buscad su rostro continuamente” (1 Crónicas 16:11).
7. “¿Con qué limpiará el joven su camino? Con guardar tu palabra. Con todo mi corazón te he buscado; no me dejes desviarme de tus mandamientos” (Salmo 119:9-10).
8. Ora que usen su juventud como un tiempo de gozo y para traerle la gloria a Dios. “Alégrate, joven, en tu juventud, y tome placer tu corazón en los días de tu adolescencia; y anda en los caminos de tu corazón y en la vista de tus ojos; pero sabe, que sobre todas estas cosas te juzgará Dios. Quita, pues, de tu corazón el enojo, y aparta de tu carne el mal” (Eclesiastés 11:9-10).
9. “Haciendo estar atento tu oído a la sabiduría; si inclinares tu corazón a la prudencia, si clamares a la inteligencia, y a la prudencia dieres tu voz; si como a la plata la buscares, y la escudriñares como a tesoros, entonces entenderás el temor de Jehová, y hallarás el conocimiento de Dios” (Proverbios 2:2-5).
10. “¡Mirad cuán bueno y cuán delicioso es habitar los hermanos juntos en armonía!” (Salmo 133:1).

Reconocimientos



Les extiendo mi gratitud a...

...Sherry Gore, quien, después de escuchar mi testimonio sobre la maternidad y hallar la satisfacción que Dios tenía para mí en esa área, me dijo que debía escribir un libro.

...mi esposo Dennis. Verdaderamente "hierro con hierro se aguza" y como resultado, ambos somos mejores personas. Sin tu ánimo a escribir, aun cuando me reía al pensar en ser una autora, no habría empezado.

...mi hermana Rosene. Sin tu ánimo y tener que rendirte cuentas cuando deseaba abandonar la escritura, dudo que habría terminado. Estoy agradecida por la manera en que me desafías a crecer y seguir siendo un buen ejemplo.

...Carol Peachey Martin, mi editora. Estoy tan agradecida por el tiempo que invertiste en mi manuscrito, puliendo lo que había escrito. Además, estoy agradecida por tu ánimo en mi vida.



la autora y su esposo

Christian Light es una editorial conservadora menonita sin fines de lucro, que provee literatura bíblica y centrada en Cristo, incluyendo libros, tratados evangelísticos, material para escuela dominical, material para escuelas bíblicas de verano y un plan de estudio completo para las escuelas cristianas diarias y los que enseñan en casa. Aunque la mayoría del material es publicado en inglés, algunos libros, tratados y materiales escolares también están disponibles en español.

Para más información sobre el ministerio de Christian Light o sus publicaciones o si buscas ayuda espiritual, no dudes en contactarnos:

Dirección: P.O Box 1212
Harrisonburg, VA 22803
Teléfono: 540-434-0768w
Fax: 540-433-8896
Correo electrónico: info@christianlight.org
Sitio web: www.christianlight.org

CHRISTIAN LIGHT
PUBLICATIONS



Florece

Tomar la decisión de respetar a tu esposo debe ser tan sencillo como hacer un voto y cumplirlo, ¿verdad? Para la autora de este atractivo libro sobre el matrimonio no fue así.

Con humilde honradez y humor, Dorcas Showalter cuenta su historia de aprender a navegar, a veces sin éxito, los peligros del matrimonio y la maternidad a través del viaje con su esposo desde Ohio a Idaho a Montana y finalmente hasta Sudamérica.

Florece ofrece consejos bíblicos y animadores sobre cómo llegar a ser una mujer bella que glorifica a Dios al honrar a su esposo y aceptar los desafíos de la vida con gozo y contentamiento. De paso también aprenderás muchos consejos y sugerencias prácticas en cuanto a cuidar de tu casa y decorarla, agradar a tu esposo, la intimidad, la crianza de los hijos y mucho más.

Al entregarle tu camino a él, la gracia de Dios te permite llegar a ser una mujer floreciente que trae amor y gozo a tu esposo y hogar.

CHRISTIAN LIGHT
PUBLICATIONS