

# TU VALOR EN UNA CULTURA OBSESIONADA CON LA IMAGEN

Kristen Clark

Tras años de intentos fallidos por llegar a ser una supermodelo en Europa, el empleo soñado de Alana se hizo finalmente realidad. De entre miles de chicas, fue seleccionada para ser modelo de pasarela de un famoso diseñador de modas en Milán, Italia.

Ella era exactamente lo que querían.

Sin embargo, tras pasar unas breves vacaciones en casa con su familia en Estados Unidos, regresó a Italia y descubrió que le habían dado su puesto a otra persona.

«Ya no eres lo que buscamos», le dijo uno de los directores de la agencia italiana. «Eres demasiado baja y pálida. Encontramos a otra mejor».



## Los sueños de Alana se rompieron en pedazos.

Esto era su vida. Un día era lo suficientemente buena, y al día siguiente, ya no. Toda su valía y condiciones para triunfar estaban basadas en su aspecto.

Seas supermodelo o no, probablemente a veces has sentido que no estás a la altura. Probablemente has sentido la presión de tener un aspecto en particular para ganarte la aprobación de quienes te rodean.

Durante siglos, las culturas han puesto un gran énfasis en la moda y los últimos estilos de vestir. Sin embargo, en tiempos relativamente recientes, un invento enorme le dio a la industria textil un impulso nunca antes visto. ¿Sabes a qué me refiero? A la invención de la cámara fotográfica.

## Gracias a la cámara, la industria de la moda puede ahora capturar y compartir instantáneamente imágenes con el mundo entero.

Piensa en ello. Puedes instantáneamente recibir imágenes de cualquier tienda de vestuario justo cuando se lanza una nueva colección o se inicia una gran venta. Las compañías de moda transmiten sus espectáculos de pasarela por televisión mientras que otras captan tu atención a través de grandes carteles publicitarios.

La presión para que tengas la mejor figura, la mejor vestimenta y el maquillaje perfecto ha escalado hasta un punto sin precedentes. Esta presión surge del hecho de que ahora vives en una cultura obsesionada con la imagen.

Aun la Asociación Cristiana de Mujeres Jóvenes (YWCA) concuerda: «Cada mujer participa en un concurso de belleza diario, le guste o no. Abrumadas por una cultura popular saturada de imágenes de una belleza física femenina idealizada, retocada e inalcanzable, tanto adultas como jóvenes no pueden evitar sentirse juzgadas en relación con su apariencia».

## **Nuestra cultura obsesionada con la imagen te ha enseñado que la belleza física y las tenidas de moda son elementos claves de la identidad femenina.**

Nuestra cultura moderna ha dirigido la atención de millones de chicas hacia **una** pregunta urgente: «¿Cómo me veo?».

Chicas de todas las edades están hoy totalmente centradas en sí mismas y sus apariencias externas.

### **Sus mentes están llenas de preguntas como estas:**

- ¿Qué piensan mis amigos de mí?
- ¿Le gusta a ella mi tenida?
- ¿Tengo estilo para vestirme?
- ¿Qué piensa él de mí?
- ¿Pensarán los demás que me veo gorda con esta tenida?
- ¿Luzco sexy con esto?
- ¿Es lindo mi maquillaje?
- ¿Se notan mucho mis espinillas?
- ¿Estoy bien así, o necesito cambiar algo?

## **¿Cuántas de estas preguntas te haces a diario?**

Estas preguntas son simplemente una señal de un problema más profundo en el corazón. Nos hemos vuelto esclavas de las normas y las opiniones de los demás. *La aprobación de los demás es el motor que explica por qué nuestra apariencia externa nos consume.*

Cuando permitimos que otras personas definan lo que valemos, les permitimos tener sobre nosotras un poder que solo Dios debería tener.

Este es un camino muy peligroso porque las opiniones de la cultura cambian con cada nueva estación. Terminarás viviendo en un constante estado de temor e inseguridad.

## **Si estás cansada de nunca estar a la altura, necesitas cambiar el foco de tu corazón.**

En lugar de hacerte constantemente la pregunta «¿Cómo me veo?», tienes que preguntarte: «¿Cómo puedo parecerme más a Cristo?». Necesitas que tu corazón deje de centrarse en ti y que comience a centrarse en Cristo.

Gálatas 1:10a dice: «¿Qué busco con esto: ganarme la aprobación humana o la de Dios? ¿Piensan que procuro agradar a los demás?».

En los últimos años, Dios me ha hecho ver que tengo un corazón centrado en mí misma, y me ha hecho ver que valoraba más la opinión de los otros que la suya.

## **Mi identidad no se definía a partir de quién era yo en Cristo, sino de quién era yo según mis amigos.**

Dios se interesa en ti y en mí mucho más de lo que nuestros amigos lo harán jamás.

Si estás teniendo dudas sobre tu identidad en Cristo, lee I Juan 3:1a: «¡Fíjense qué gran amor nos ha dado el Padre, que se nos llame hijos de Dios! ¡Y lo somos!».

○ lee Salmo 139:13, que dice: «Tú creaste mis entrañas; me formaste en el vientre de mi madre».

Dios te creó exactamente de la forma en que luces (¡en el vientre de tu madre!) y ama cada parte de tu experiencia exterior. Sí, usar maquillaje y vestirse con estilo puede estar bien, pero si te consume la idea de ser adecuada, complacer a los demás y lucir perfecta, no está bien.

## **No puedes evitar vivir en una cultura obsesionada con la imagen, pero puedes decidir cómo responder a ello.**

Nunca serás feliz con tu aspecto mientras busques la aprobación del mundo en lugar de la de Dios.

Espero que, la próxima vez que te mires en el espejo preguntándote «¿Cómo me veo?», te veas como una hija de Dios y una valiosa creación del Rey.

- ¿De qué maneras sientes la presión de vivir en una cultura obsesionada con la imagen?
- ¿Notas que eliges tu vestimenta buscando la aprobación de quienes te rodean? Si es así, ¿satisface eso el anhelo de tu corazón?
- ¿Cómo puedes dejar de enfocarte en preguntar «cómo me veo» y, en lugar de eso, empezar a preguntar «cómo puedo parecerme más a Cristo?»

*Publicado originalmente en el sitio **Girl Defined**. Usado con permiso.*