

Esta es una pequeña muestra del libro *Belleza Verdadera*.

Para conseguir el libro completo y conocer más  
acerca de nosotros, visita nuestra página web:

[www.poiema.co](http://www.poiema.co)

O comunícate con nosotros al correo:

[info@poiema.co](mailto:info@poiema.co)



© 2017 Poiema Publicaciones

*¡El Evangelio para cada rincón de la vida!*

# BELLEZA

“VERDADERA”

CAROLYN MAHANEY  
& NICOLE WHITACRE



Poema Publicaciones  
*Medellín, Colombia*

*Mientras lees, comparte con otros en redes usando*

## **#BellezaVerdadera**

BELLEZA VERDADERA / por Carolyn Mahaney y Nicole Whitacre

© 2017 por Poiema Publicaciones

Traducido del libro *True Beauty* © 2014 por Carolyn Mahaney y Nicole Whitacre publicado por Crossway Books.

A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas han sido tomadas de *La Santa Biblia, Nueva Versión Internacional* (NVI) ©1999 por Bíblica Inc. Las citas marcadas con la sigla RVC han sido tomadas de *La Santa Biblia, Versión Reina Valera Contemporánea* ©2011 por Sociedades Bíblicas Unidas.

Prohibida la reproducción total o parcial de este libro por cualquier medio visual o electrónico sin permiso escrito de la casa editorial. Escanear, subir o distribuir este libro por Internet o por cualquier otro medio es ilegal y castigado por la ley.

Poiema Publicaciones

info@poiema.co

www.poiema.co

Categoría: Religión, Vida Cristiana.

ISBN: 978-1-944586-17-1

Impreso en Colombia

SDG

Para las seguidoras del blog *girltalk*,  
por haber compartido sus historias  
de belleza



# Contenido

Reconocimientos	9
1 La verdadera belleza y nuestra cultura	11
2 La verdadera belleza y nuestro Dios	25
3 La verdadera belleza y nuestros corazones	39
4 La verdadera belleza y nuestros cuerpos	53
5 La verdadera belleza y nuestra ropa	71
6 La verdadera belleza y nuestra confianza	87
7 La verdadera belleza y nuestras obras	105
Apéndice: La verdadera belleza y nuestros hijos	119
Guía de estudio	127
Notas	133
Índice de las Escrituras	141



# Reconocimientos

Estamos agradecidos de poder trabajar junto al maravilloso equipo de Crossway. Gracias a Ebeth Dennis por darnos la idea de escribir este libro, a Justin Taylor y Tara Davis por ayudarnos con la edición, y a Josh Dennis y Wayne Berzinka por el arte de la portada.

Gracias a Karen Ballinger, Vikki Cook, Kristin Jamieson, Betsy Ricucci y Kathy Spiro por leer el manuscrito, por darnos su opinión y animarnos. Gracias especiales a Candice Watters por su ayuda invaluable en la edición del material.

A los hijos de Nicole: Jack, Jude, Tory y Sopie. Gracias por orar al Señor para que mamá y abuela pudieran terminar el libro.

A Janelle y Kristin, nuestras compañeras en *girltalk* y las mejores hermanas e hijas del mundo. Gracias por orar por nosotras y apoyarnos hasta el final.

No hubiéramos podido hacer esto sin nuestros esposos, C. J. y Steve. Ustedes son nuestra principal fuente de ánimo, nuestros editores más expertos y nuestros mejores amigos. ¡Les amamos!





# La verdadera Belleza

## ≻ y nuestra Cultura ≺

“Cuando era joven, solo podía pensar en mi nariz”. Margarita pensaba que su nariz era demasiado grande y fea, y le daba mucha vergüenza. Desde muy pequeña estaba obsesionada únicamente con este rasgo físico:

Pensaba que mi nariz era la causante de todos mis problemas con los chicos y en la vida en general. No tenía nada de experiencia con el sexo opuesto en el sentido romántico. Tampoco era popular en el colegio y tenía pocos amigos. Pensaba que si lograba “arreglar” esto, mi calidad de vida iba a mejorar.

Así que Margarita decidió resolver el problema con su nariz con la esperanza de solucionar también sus problemas de popularidad con los chicos y los problemas con su calidad de vida:

Cuando cumplí los 18 años, decidí someterme a un procedimiento quirúrgico estético llamado rinoplastia, que es básicamente operarse la nariz. Aún recuerdo claramente el día de mi cirugía, sentía temor e inseguridad frente al resultado. Era emocionante pensar que me esperaba un futuro completamente nuevo y atractivo.

## La belleza: La lucha de toda mujer

Margarita es una de las tantas mujeres que me escribieron para contarme\* sus luchas con la belleza. Cuando pedí que compartieran opiniones en nuestro blog, *girltalk* (conversaciones entre chicas), muchas mujeres expresaron luchas similares con el peso, la autoimagen, la comparación y los hombres.<sup>1</sup>

- » “Mi mayor lucha es sentir celos de mujeres que parece que salieron de una revista”.
- » “Soy una joven soltera que lucha con aceptar mi físico”.
- » “Necesito trabajar con mi autoimagen”.
- » “Antes era delgada, pero he engordado cincuenta libras. Me miro al espejo y no conozco a la persona que veo”.
- » “Sentirme atractiva para mi esposo después de mi embarazo es una lucha”.
- » “Me obsesiono a diario con mi apariencia”.

Muchas de las mujeres que me escribieron describían luchas con la belleza que son obsesivas. Se obsesionan con un defecto en particular o se preocupan por su peso. Sus vidas son un ciclo constante de dietas, rutinas de ejercicios y nuevos tratamientos de belleza, que usualmente acaban en fracasos y desesperación. Se odian a sí mismas y se deprimen a causa de su apariencia.

Para otras mujeres la lucha con la belleza es menor, pero constante. No se trata de algo en particular, sino que siempre están ansiosas por su apariencia. Se miran cada vez que ven un espejo y desde que llegan a algún sitio se empiezan a comparar con las otras mujeres que están allí. Su mayor inquietud es: ¿cuánto tiempo, dinero y esfuerzo puede una mujer cristiana invertir en la belleza?

---

\*Una madre (Carolyn) y su hija (Nicole) escribieron juntas las palabras de este libro. Por motivos de simplicidad y claridad, las historias y comentarios personales son de Carolyn.

Luego tenemos a las madres que luchan por criar a sus jovencitas en medio de una cultura que está obsesionada con la belleza. Quieren proteger a sus hijas, pero se sienten impotentes y desesperadas. Sé lo que se siente. Habiendo criado tres hijas, recuerdo lo difícil que fue ayudarles a resistir la enorme presión que nuestra cultura ejerce sobre las jóvenes para que sean bellas.

Como esposa de pastor, he hablado con muchas mujeres acerca de sus pruebas y tentaciones en cuanto a la belleza. A partir de eso, y por mi propia experiencia, sé que como mujeres nuestras luchas pueden variar enormemente, desde algo sutil y persistente a algo que puede llegar a dominarnos. Pero independientemente del grado, este asunto de la belleza nos afecta a todas.

### **Medidas Extraordinarias**

Nuestras luchas son intensificadas por una cultura que está obsesionada con la belleza física.

Cada día somos bombardeadas con imágenes de belleza: en la televisión, las películas, las vallas, las vitrinas, los anuncios en las revistas, en nuestros teléfonos, tabletas y las pantallas de nuestras computadoras. Estas imágenes nos dicen cómo se supone que debemos vernos, y presentan un estándar de belleza con un rango tan estrecho que la mayoría de nosotras no nos sentimos nada atractivas al compararnos con ellas.

¿Cuál es este estándar de belleza? Debemos tener una figura perfectamente proporcionada, rasgos faciales exquisitos, una piel perfecta, y no podemos tener ningún tipo de defecto o discapacidad; y, por supuesto, debemos ser jóvenes o al menos aparentarlo.

Ahora considera todo lo que hay que hacer para lograr esta imagen tan altamente valorada por nuestra cultura. La realidad es que la mayoría de las modelos y las estrellas que vemos en revistas y películas pasan interminables horas recibiendo tratamientos de belleza, se hacen

procedimientos costosos, incluyendo cirugías estéticas, y contratan a profesionales de la salud y entrenadores físicos para que les ayuden a mantener esta imagen perfecta.

Se reportó que una cantante en particular pasa más de tres horas cada día haciendo ejercicios intensos: yoga, Pilates, natación, ciclismo, entrenamiento con pesas y en sus propias máquinas de ejercicio.<sup>2</sup> Otra actriz reconocida aparentemente paga más de \$20,000 dólares al mes para verse bien. Su costosa rutina de belleza incluye entrenamiento personal, clases privadas de yoga y tratamientos con productos anticelulíticos. También tiene un chef privado que le prepara comidas orgánicas, altas en proteínas y bajas en grasa.<sup>3</sup>

Estas dos mujeres son solo dos ejemplos, pero sin duda representan la inversión de tiempo y dinero requeridos por la mayoría de las mujeres que intentan alcanzar ese estándar de belleza perfecta de nuestra cultura.

¿Cuándo fue la última vez que te sobraron tres horas al día o \$20,000 dólares al mes para invertirlos en tu rutina de belleza? ¡A mí nunca me ha pasado! Me atrevo a decir que la mayoría no tenemos ni el tiempo ni los recursos para competir con ellas.

A la mayoría no solo nos faltan los medios para mantener el ideal de belleza de nuestra cultura, sino que en muchos casos nos comparamos con un estándar que ni siquiera es real. Muchas de las imágenes que vemos en internet o en revistas hoy en día están editadas con Photoshop, retocadas, estiradas y manipuladas para lograr una figura y una apariencia que es artificial y engañosa.

La tecnología digital le permite a los diseñadores gráficos tomar una modelo y formar una mujer artificial, una imagen que no es real, lo cual hizo que la autora Jean Kilbourne dijera:

La imagen se ha vuelto más tiránica y más perfecta que nunca... La presión que las niñas han estado recibiendo desde hace

mucho tiempo ahora es peor que nunca, ya que esa imagen ideal ahora es completamente imposible de alcanzar.<sup>4</sup>

Así que la próxima vez que veas una foto de una modelo increíblemente flaca o una actriz increíblemente tonificada, recuerda que su retrato probablemente es el producto final de los esfuerzos de un talentoso diseñador gráfico.

### **El evangelio según la belleza**

A pesar de que la mujer promedio no puede gastar miles de dólares al mes en su belleza, o pasar tres horas al día haciendo ejercicios, o tener a un profesional que le retoque todas sus fotos, las mujeres igualmente persiguen desenfrenadamente este estándar de belleza inalcanzable.

Las estadísticas nos muestran la realidad.

Pocas pueden pagar \$20,000 dólares al mes, pero de acuerdo a algunas cifras, la mujer estadounidense promedio increíblemente gasta de \$12,000 a \$15,000 dólares al año en productos y servicios de belleza.<sup>5</sup>

Según los cálculos de un autor, “en los Estados Unidos se gasta más dinero en belleza que en educación y servicios sociales”.<sup>6</sup>

Eso sin mencionar el tiempo que toma aplicar todos estos productos. La mujer promedio se pasa más de un año de su vida (un promedio de 474 días) aplicándose cosméticos. Eso es equivalente a una semana al año,<sup>7</sup> y no incluye los otros cincuenta y dos días de nuestra vida que nos pasamos quitándonos dicho maquillaje.<sup>8</sup>

También se gasta una cantidad tremenda de tiempo y dinero en dietas y ejercicio. La industria de la pérdida de peso en los Estados Unidos produce unos \$20 billones de dólares anualmente, y de los 108 millones de personas que están haciendo dietas, el 85 por ciento son mujeres.<sup>9</sup>

Además, veinte millones de mujeres estadounidenses sufrirían de algún trastorno alimenticio clínicamente significativo durante sus vidas.<sup>10</sup> De acuerdo a un estudio, el 65 por ciento de las mujeres estadounidenses confiesan que padecen de algún trastorno alimenticio.<sup>11</sup>

Y continúa el auge de las cirugías estéticas, incrementando en más de un 85 por ciento en los últimos quince años. Solo en el año 2012, los estadounidenses gastaron más de \$6 billones de dólares en cirugías estéticas.<sup>12</sup> No se trata de un problema exclusivo de los Estados Unidos: el periódico *The Times* de Londres predijo que el 80 por ciento de todas las mujeres se sometería a una cirugía estética en algún momento de su vida.<sup>13</sup>

El Dr. Mohler nos resume la situación: “Toda una industria de billones de dólares está construida sobre la mentira de que uno puede comprar lo suficiente o soportar lo suficiente, sufrir lo suficiente o aplicar lo suficiente, para ser genuinamente hermosa”.<sup>14</sup>

¿Por qué las mujeres están tan obsesionadas con la belleza física? ¿Por qué vamos a tales extremos para alcanzar el estándar de perfección de nuestra cultura tan difícil de alcanzar?

Las mujeres creen que la belleza es esencial para tener una vida feliz. Compramos el mensaje de nuestra cultura, muchas veces transmitido a través de los medios y la publicidad, de que debes ser hermosa para ser o conseguir lo que quieres. Pensamos que si alguien es hermoso, logrará disfrutar de un verdadero romance y de amor duradero, que será popular y le agradará a todos. Creemos que la belleza física es la clave de la confianza en uno mismo, la única forma de sentirse satisfecho, significativo y exitoso.

Al igual que Margarita, muchas veces las mujeres asumen que la fuente de sus problemas es algún defecto físico o la falta de belleza. Pensamos que si tan solo podemos hacernos más bellas, entonces “un futuro completamente nuevo y atractivo” traerá consigo una nueva confianza, nuevos romances y una nueva felicidad.

Nuestra sociedad ha convertido la belleza física en un dios. El mensaje del evangelio según la belleza es proclamado en cada anuncio y programa de televisión: *La belleza es equivalente a la felicidad. La belleza nos da plenitud. Belleza significa éxito. ¿No tienes belleza física? Estás condenada.*

Pero ese mensaje es una mentira.

La belleza física no nos da lo que promete. No asegura la satisfacción y el éxito que esas voces seductoras de nuestra sociedad nos han prometido.

### **La gran decepción**

Para validar el hecho de que la belleza física no nos da felicidad, considera dos de las mujeres más hermosas de nuestros tiempos.

Puede que la princesa Diana haya sido la mujer más fotografiada. Se convirtió en una celebridad y la magnitud de su fama fue sin precedentes. Sin embargo, vivió muy atribulada. Su matrimonio de cuento de hadas con el Príncipe Carlos terminó en un divorcio. Las relaciones que luego tuvo con otros hombres estaban llenas de infelicidad. Admitió que tuvo épocas de depresión, soledad crónica, bulimia e incluso se hacía daño a sí misma. Su vida acabó de forma trágica cuando tenía solo treinta y seis años.

Otra mujer hermosa, la actriz Halle Berry, fue la primera mujer afroamericana en representar a los Estados Unidos en el concurso Miss Mundo. Ha ganado múltiples premios de belleza y de actuación. Pero, ¿qué piensa Halle Berry acerca de su belleza?

Déjame decirte algo: el hecho de que piensen que soy una mujer hermosa no me ha librado de nada en mi vida. Ni de angustia, ni de problemas. El amor ha sido difícil. La realidad es que la belleza es insignificante y siempre es pasajera.<sup>15</sup>



Todo lo que tienes que hacer es mirar las portadas de las revistas en los pasillos del supermercado o ver algún artículo en internet para conocer las tristes historias de algunas de las mujeres más hermosas en el mundo: esposos y novios infieles, desórdenes alimenticios, depresión, abuso de sustancias y penas de prisión.

Pero los famosos no son los únicos defraudados por las falsas promesas de la belleza; eventualmente, la belleza física nos decepcionará a todos.

### **La historia de Margarita: Lo que un nuevo rostro no pudo arreglar**

Margarita aprendió esta verdad a las malas. Aquí está la conclusión de su historia:

El día que me quitaron las vendas, unas dos semanas más tarde, estaba muy ansiosa. Finalmente iba a ver mi nuevo rostro por primera vez. Era casi como nacer de nuevo.

Me veía casi igual. La nariz era notablemente distinta, pero yo seguía siendo la misma. Mi personalidad no había cambiado. Mentiría si dijera que mi confianza no aumentó después de la cirugía. Literalmente mi nariz no tiene la misma forma ni tamaño que solía tener. Pero en cuanto a mi nueva vida, ni siquiera una cirugía estética pudo darme la satisfacción que pensé que me daría. Cinco años después, sigo estando soltera.

Cada día me miro al espejo y veo una nariz que ha sido reconstruida. Hace más de cinco años que no veo la cara que Dios me dio. Me causa un poco de tristeza, pero mi pasado es mi pasado y ahora ya no hay nada que pueda hacer para cambiar el aspecto de mi nariz.

Me asusta pensar en el día que deba decirle a mi futuro esposo que esa cara que tanto ama no es la cara con la que nació. Es el único secreto que mantengo bien guardado, me avergüenza compartirlo con mis amigos y hasta con algunos familiares.

Pagué uno de los precios más altos con tal de ser más bella. Y, ¿qué me aportó? Nada”.

### **Dos palabras que los publicistas no quieren que oigas**

Margarita hizo una gran inversión. Estaba segura de que la belleza física le daría la vida que tanto deseaba. Pero no valió la pena. Su decepción nos muestra la verdad de lo que nos enseña la Escritura: “Engañoso es el encanto y pasajera la belleza” (Pr 31:20). El encanto, otra palabra para referirse a la apariencia física, es *engañoso*: “promete una vida de felicidad que no puede dar”.<sup>16</sup>

La belleza física nos engaña aparentando cumplir algunas de sus promesas a corto plazo. Nos da lo suficiente para engancharnos, llevarnos a pensar que vale la pena invertir nuestra esperanza, tiempo, dinero y energía en ella. Por ejemplo, para un trabajo puede que se elijan las chicas atractivas antes que las menos atractivas, y que las mujeres sensuales reciban la mayor atención de los hombres. Tal como admitió Margarita, su nueva nariz sí le dio más confianza en sí misma.

Pero poner tu confianza en la belleza física es caer en el esquema Ponzi de Satanás (Gn 3:6). El evangelio según la belleza física es una estafa. Puede satisfacer un deseo temporal, pero al final te dejará desesperada. Puede atrapar tu atención, pero no te hará feliz. Puede darte confianza, pero no aumentará tu verdadero valor.

La Palabra de Dios expone lo engañosa que es la belleza física. La belleza no provee la satisfacción que cada corazón humano busca. Tal como nos pueden atestiguar Margarita y Halle Berry, un futuro

completamente nuevo y atractivo no lleva a un futuro completamente feliz; en lugar de esto, “muchas veces termina en una desilusión más amarga de lo que las palabras puedan expresar”.<sup>17</sup>

La belleza no solo es engañosa, sino que es *pasajera*. Es como un vapor o un “soplo de aire”.<sup>18</sup> Toda belleza física desaparece con el tiempo. No permanece. El Dr. David Powlison explica:

Aun las mujeres que vencen la idea cultural logran hacerlo por poco tiempo. Algún día, todas las que lleguen a cierta edad se verán como una abuelita o una bisabuela: vieja, arrugada, canosa, frágil, encorvada. Estás corriendo una carrera contra el tiempo en la que todos pierden. Si crees ese sistema de valores, es indudable que algún día será tu maldición.<sup>19</sup>

Créete la promesa de la belleza física y “es indudable que algún día será tu maldición”. La desilusión está garantizada. La enfermedad, la vejez y eventualmente la muerte se encargarán de eso.

“La belleza, ¡qué vanidad tan efímera!” exclamó Charles Bridges. “Se la lleva una enfermedad. La tristeza y el afán marchitan sus encantos. Y aún cuando permanece, está poco relacionada con la felicidad”.<sup>20</sup>

Así pues, como un amigo sabio que nos advierte acerca de una mala inversión, la Escritura nos insta a no invertir nuestras esperanzas en la belleza física. Nos dice: *¡No esperes que te brinde felicidad, satisfacción o las cosas buenas de esta vida!*, ya que el encanto es engañoso y la belleza es pasajera.

La Palabra expone la irrelevancia de la belleza física para que evitemos seguir al mundo y caer por el barranco de la obsesión hacia el abismo de la desilusión. La Escritura siempre nos ha dicho la verdad acerca de la belleza.

## No me hables de belleza interior

Entonces, ¿qué debe hacer una mujer cristiana? Si la belleza física es engañosa y pasajera, ¿está mal intentar verse hermosa?

Puedes pensar que ya sabes lo que viene a continuación. Este libro se llama *Belleza Verdadera*, así que aquí vendría la parte donde digo que te olvides de verte bien y te enfoques en la belleza interior, ¿cierto? Raquel estaba tan preocupada que me escribió:

Por favor, no bases tu libro en 1 Pedro 3:4: ‘Que su belleza sea más bien la incorruptible, la que procede de lo íntimo del corazón y consiste en un espíritu suave y apacible. Esta sí que tiene mucho valor delante de Dios’. Este versículo, mal aplicado en mi vida, me dejó muy confundida, herida y escondida durante casi quince años.

Muchas mujeres están cansadas del mensaje “cristiano” que, muchas veces con las mejores intenciones, ha malinterpretado los pasajes acerca de la belleza o los ha utilizado para imponer preferencias personales. Hay veces en que las mujeres, al igual que Raquel, se sienten confundidas y aturcidas por un mensaje acerca de la belleza que se les ha dicho que es bíblico.

Pero es posible que nunca hayas escuchado lo que la Biblia realmente dice acerca de la belleza, o has asumido que es irrelevante, y solo aplica para las mujeres que vivían en los tiempos bíblicos. O tal vez ya lo has escuchado todo antes, de tus padres y tus pastores, y no estás interesada en oír el mismo discurso.

Tal vez has intentado aplicar la Palabra de Dios en tus luchas con la belleza y sientes que no te ha funcionado. No te ha ayudado a perder peso, ni a salir de tu depresión, ni a superar tus inseguridades. Así que cuando se trata de la belleza ya no consideras la Biblia como una fuente de ayuda real y práctica.

Pero la Palabra no es anticuada ni corta de vista. No falla en responder a nuestras preguntas y referirse a nuestras luchas. En realidad, la Biblia tiene una gran cantidad de cosas que decirnos sobre la belleza. Por ejemplo, nos dice que Dios se deleita en la belleza, de lo cual hablaremos a través de este libro. La Biblia no dice que la belleza física es mala o que es pecado lucir hermosas. En cambio, nos dice cómo podemos lucir verdaderamente hermosas.

### **La hermosa verdad de la verdadera hermosura**

Dios es nuestro Creador. Él “conoce nuestra condición” (Sal 103:14), y todos nuestros caminos le son familiares (Sal 139:3), incluyendo nuestros deseos y dificultades con relación a la belleza.

Él no está sorprendido ni escandalizado por el lío en que se ha metido nuestra cultura. No necesita revisar Su consejo y actualizarlo de acuerdo al último estudio de salud o hacer una rueda de prensa para responder a la crisis entre niñas adolescentes que parece ser cada vez peor.

La Palabra de Dios expone la distorsión de la belleza en nuestra cultura. Diagnostica nuestros problemas con la belleza (aún cuando pensamos que no los tenemos) y nos ofrece una solución.

La Escritura nos habla la verdad acerca de la belleza, ya sea que no hayamos podido mantener nuestra nueva dieta o que hayamos sido engañadas al comprar otra crema anti-arrugas inútil; ya sea que nos sintamos culpables por habernos ido de compras el fin de semana, o avergonzadas de nuestro pelo hoy; ya sea que seamos vanidosas y ensimismadas, o que estemos hartas de nuestras inseguridades. En todas nuestras luchas con la belleza, sean persistentes o consumidoras, Dios nos ha provisto la sabiduría que necesitamos en Su eterna Palabra.

La Escritura nos revela lo que es la verdadera hermosura y cómo llegar a ser verdaderamente hermosas. Por encima de todo, la Escritura

revela a nuestro hermoso Salvador, en el cual “no había...belleza ni majestad alguna” (Is 53:2), pero que padeció ensangrentado en una cruz por nuestros pecados más horrorosos.

El evangelio de Jesucristo realmente redime todas las cosas, incluyendo la belleza. Realmente llega al corazón de ese “si tan solo pudiese arreglar esto” y lidia con él. Nuestra crisis de belleza nunca será mayor que la verdad de la Palabra de Dios.

Así que el objetivo de este libro es modesto: mostrarte lo que la Biblia dice acerca de la verdadera belleza.

No estoy escribiendo este libro porque sea una experta en la industria de la belleza. No soy psicóloga, ni nutricionista, ni cosmetóloga. No he descubierto un secreto para la belleza ni desarrollado un programa exitoso para perder peso. Y no tengo una dramática historia de transformación que contar. Soy una mujer común y corriente que también tiene esas típicas luchas con su apariencia.

Pero mi confianza está puesta completamente en la Palabra, su claridad y suficiencia, su poder y su propósito. La Escritura es la única que puede transformar nuestra crisis de belleza.

Como esposa de pastor durante más de treinta años, he caminado con muchas mujeres mientras ellas luchan con su apariencia: la adolescente con acné, la esposa cuyo esposo está viendo pornografía, la amiga que está bajo el fuerte control de un desorden alimenticio, la mujer que lucha con una imagen corporal negativa.

Pero también he visto a estas mujeres poner su confianza en Dios y desafiar valientemente las mentiras del mundo acerca de la belleza. Y he sido testigo de cómo la verdad de Dios restaura sus vidas y su gozo, y las hace hermosas.

Mi esperanza es que tú también te animes a traer ante la Palabra de Dios cada pregunta que tengas acerca de la belleza y cada lucha con tu apariencia. Mi oración es que confíes en Su Palabra y te sometas a ella, encontrando esperanza, libertad y deleite en la belleza de Su verdad.

Solo la Palabra de Dios puede prometer una belleza que es sobrenatural, que satisface, que es alcanzable y además duradera; una belleza que trae bendición y no maldición; una belleza que es preciosa, no inútil, que lleva a la felicidad en vez de a la angustia; una belleza que es cada vez más atractiva mientras más la cultives.

La Escritura es veraz. Es la única que nos puede revelar lo que es la verdadera belleza.

...todo mortal es como la hierba,  
y toda su gloria como la flor del campo.  
La hierba se seca y la flor se marchita...  
pero la palabra de nuestro Dios permanece  
para siempre (Is 40:6-8).

# La verdadera Belleza y nuestro Dios

¿Podría la mujer más hermosa pasar al frente, por favor?

Puede que Elsie Scheel no sea la mujer que tengas en mente. Venía de Brooklyn y pesaba 171 libras, medía cinco pies y siete pulgadas, lo cual equivale a una talla de falda 12/14 en una tienda Banana Republic hoy en día. El periódico *The New York Times* la llamó “el espécimen físico casi perfecto de la feminidad”.<sup>1</sup>

Esto fue en 1912.

En las décadas de los años 1930, 40 y 50 era común encontrar múltiples anuncios promoviendo productos para subir de peso para aquellas desdichadas “chicas con figuras ‘naturalmente flacas’” que, por alguna razón, parecían no atraer a los hombres. ¿La razón? “Las chicas flacas no son chicas glamourosas”.<sup>2</sup>

Sí, lo leíste correctamente. Es incomprensible cuando piensas en nuestro ideal de belleza actual.

Cuando escucho historias como estas, lo primero que pienso es: *¡Nací en la época incorrecta! En algún momento y lugar en la historia, mi tipo de cuerpo pudo haber sido considerado “casi perfecto”. ¿Por qué no nací en ese tiempo y en ese lugar?*

Pero, lamentablemente, soy una mujer de cincuenta y tantos años en el siglo veintiuno, y el hecho de pensar en que sería nominada como la mujer más hermosa me hace reír.



Esperamos que hayas disfrutado de esta  
pequeña muestra del libro *Belleza Verdadera*.

Para conseguir el libro completo y conocer más  
acerca de nosotros, visita nuestra página web:

[www.poiema.co](http://www.poiema.co)

O comunícate con nosotros al correo:

[info@poiema.co](mailto:info@poiema.co)



© 2017 Poiema Publicaciones

*¡El Evangelio para cada rincón de la vida!*