

LAS MUJERES
Valientes
SON IMPARABLES

Libros de Valorie Burton publicados por Portavoz:

Las mujeres exitosas piensan diferente

Las mujeres felices viven mejor

Las mujeres valientes son imparables

LAS MUJERES
Valientes
SON IMPARABLES

Experimenta
**LA VIDA
INCREÍBLE**
que Dios preparó para ti

VALORIE BURTON



EDITORIAL
PORTAVOZ

La misión de *Editorial Portavoz* consiste en proporcionar productos de calidad —con integridad y excelencia—, desde una perspectiva bíblica y confiable, que animen a las personas a conocer y servir a Jesucristo.

Título del original: *Get Unstuck, Be Unstoppable*, © 2014 por Valorie Burton y publicado por Harvest House Publishers, Eugene, Oregon 97402. Traducido con permiso.

Edición en castellano: *Las mujeres valientes son imparables*, © 2017 por Editorial Portavoz, filial de Kregel, Inc., Grand Rapids, Michigan 49505. Todos los derechos reservados.

Traducción: Rosa Pugliese

Diseño de portada: Dogo Creativo

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación de datos, o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, sin el permiso escrito previo de los editores, con la excepción de citas breves o reseñas.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de la versión Reina-Valera © 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina; © renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas. Utilizado con permiso. Reina-Valera 1960™ es una marca registrada de American Bible Society, y puede ser usada solamente bajo licencia.

El texto bíblico indicado con “RVC” ha sido tomado de Reina Valera Contemporánea® © Sociedades Bíblicas Unidas, 2009, 2011. Usado con permiso. Todos los derechos reservados.

El texto bíblico indicado con “LBLA” ha sido tomado de La Biblia de las Américas, © 1986, 1995, 1997 por The Lockman Foundation. Usado con permiso. Todos los derechos reservados.

EDITORIAL PORTAVOZ

2450 Oak Industrial Drive NE

Grand Rapids, Michigan 49505 USA

Visítenos en: www.portavoz.com

ISBN 978-0-8254-5680-0 (rústica)

ISBN 978-0-8254-6525-3 (Kindle)

ISBN 978-0-8254-8675-3 (epub)

1 2 3 4 5 edición / año 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17

Impreso en los Estados Unidos de América
Printed in the United States of America

Contenido

Introducción	7
Ocho reglas irrefutables para avanzar y ser imparable	17
1. Di la verdad	20
2. Crea un banco de fe	25
3. Vuelve a escribir tu historia	31
4. Elige tu elenco y personal técnico	37
5. Mira a través de la niebla	42
6. Sé específica, realmente específica	49
7. Reajusta tu normalidad	54
8. Hazlo. Demóralo. Bórralo	59
9. Mira debajo de la superficie	64
10. Empieza a caminar y la inspiración llegará	68
11. Hazte cargo del momento	72
12. Deja de revolver el pasado	76
13. Ríndete	79
14. Permítete hacer las cosas mal	85
15. Comprométete a lograr tus objetivos o abandona la idea	90
16. Hoy puedes ser una ganadora	95
17. ¡Deja de tener pensamientos catastróficos!	100
18. ¡Pasa, tienes luz verde!	104
19. No permitas que las cosas que no puedes controlar te controlen	106
20. Deja las amistades tóxicas	112
21. Ponte en lugar del otro	116
22. Conoce a los asesinos de tu motivación	120
23. Estimula tu capacidad intelectual	124

24. Habla de lo que quieres, no de lo que no quieres	128
25. Empieza	133
26. ¡Sigue adelante!	137
27. Aligera tu carga	140
28. Pide	144
29. Estás enojada, exprésalo	148
30. Deja de mirar la puerta cerrada	151
31. Sé buena contigo misma	153
32. Tolera el desorden	159
33. Busca una aplicación	162
34. Desea menos, consigue más	165
35. Toma impulso	169
36. Sé dueña de tu propia felicidad	174
37. Haz tu propio “resumen anual”	177
38. Sé una embajadora de Dios	181
Conclusión	184

Introducción

Mientras escribo este párrafo, puedo imaginar *tu rostro*: con tus ojos enfocados en estas páginas y la esperanza de leer palabras que, de una vez por todas, te ayuden a ser libre de tus limitaciones y avanzar rápidamente hacia los sinceros deseos de tu corazón. Sé que eres una mujer inteligente, optimista y motivada. Y sé una cosa más de ti: la palabra *limitada* resuena en tu espíritu... *y desearías que no fuera así*. Una parte de ti, si no *cada* parte de ti, está cansada de sentirse abrumada por la multitud de decisiones que tomar, *paralizada* por los temores que te han impedido correr riesgos en la vida, y de tener grandes sueños que parecen nunca hacerse realidad. Estás lista para avanzar. Tal vez solo necesites conocer algunas herramientas que te muestren cómo lograrlo. Estoy escribiendo este libro justamente para ayudarte a avanzar.

¿Qué implica tener una vida de limitaciones?

La *limitación* es un *patrón de pensamiento o comportamiento contraproducente* que te impide mover y avanzar hacia aquello que deseas. Normalmente, es el resultado de temores, confusión, caos, abatimiento, desesperanza, falta de claridad o pesimismo internos. Según esta definición, la limitación no es algo que sucede solo una vez. Si te caes una vez, te levantas y sigues adelante; no significa que vives limitada, sino que cometiste un error. Así es la vida. Pero si siempre te encuentras en situaciones similares y luchas con los mismos problemas, entonces la descripción más apropiada es que vives *atrapada* por tus limitaciones. Tal vez algunas de estas cosas hacen eco en ti:

- Tu temor al fracaso, al rechazo o a la desaprobación te impide ir en busca de tus sueños. En cambio, persigues objetivos que se consideran más factibles y aceptables.

- Tu hábito de dilación te produce mucha ansiedad. No importa cuántas veces intentes dejar de dilatar las cosas, parece que siempre tienes otra cosa que hacer cuando llega el momento de dedicarte a cualquier proyecto importante.
- No logras tener el control de tu agenda, pero no sabes por qué. Te frustras con regularidad por no poder llegar puntual a ningún lugar, por no poder terminar todos tus proyectos... ¡y no poder decir que “no” a una nueva petición!
- Siempre inicias relaciones que de alguna manera son negativas y disfuncionales. Aun cuando conoces a una persona nueva, la relación podría empezar bien, pero finalmente te decepcionas porque surge la misma dinámica.
- Raras veces, si acaso, pides lo que quieres, sino que tomas lo que otros te ofrecen y después te resientes con ellos, porque no te dieron lo que tú querías.
- Has intentado dejar esos malos hábitos—comer de más, fumar, endeudarte—, pero tus esfuerzos solo duran un tiempo y finalmente vuelves a caer en tus antiguos hábitos. Entonces te preguntas si vale la pena seguir intentándolo.

Tal vez sea ese duro golpe que todavía estás tratando de superar o la decisión que te llevó a la ruina y que ahora te arrepientes de haber tomado. O quizás no haya un hecho específico que parezca determinar tu vida de limitaciones, sino que las *limitaciones* se han convertido en una forma de vida. Te has acostumbrado a ello. Puede que ni siquiera pienses que vives limitada. Has llegado a creer que, simplemente, la vida es así. Pero muy en tu interior, sabes que te has resignado; y en realidad no te encuentras bien de esta manera, aunque trates de convencerte de lo contrario. Sientes una ansiedad constante —una falta de paz— por el estado de tu vida. De alguna

forma estás en la voluntad de Dios, pero quieres estar en su perfecta voluntad, y eso va a requerir hacer cambios y ajustes. Puesto que has dado el paso de adquirir este libro y leer estas palabras, creo que estás lista para seguir adelante y volverte absolutamente imparable. ¿Cómo es eso? Espero ayudarte a comprenderlo en las siguientes páginas.

Al igual que tú, yo también he vivido limitada muchas veces

Escribo este libro para ti, no como alguien que siempre ha sido “imparable”, sino como alguien que ha vivido limitada —muchas veces— y que de alguna manera logró ser libre y avanzar. También escribo como una consejera que ha ayudado personalmente a cientos de personas a seguir adelante y avanzar en sus carreras, relaciones, finanzas e incluso en su régimen para perder peso. (Leerás algunas de sus historias en las páginas siguientes). En cada caso, hay principios que interiorizar y aceptar. A lo largo de este libro haré referencia a estos principios y te mostraré la manera de ponerlos en práctica.

Los que me conocen se extrañan cuando comento mis problemas de desidia. Eso se debe a que ven el resultado final y no tienen idea de los hábitos pegadizos, contraproducentes y autodestructivos que he tenido que vencer para ser lo que soy. De modo que permíteme invitarte a conocer parte de mi proceso de aprendizaje en medio de las situaciones frustrantes, indisciplinadas y autodestructivas en las que comúnmente me encontraba.

Soy una desidiosa recuperada. Digo “recuperada”, porque suelo tener alguna recaída de vez en cuando —o varias veces—, como cuando tenía que empezar a escribir este libro. Podrías pensar que cuando una autora empieza a escribir su décimo libro, ya tiene sus hábitos perfectamente desarrollados. Yo no. Todavía sigo peleando con el demonio de la desidia, que me susurra una y otra vez: “Déjalo para mañana. Falta mucho para la fecha de entrega de ese manuscrito. Además, tienes que hacer más bosquejos, organizar otras cosas y lavar ropa”. Si alguna vez estuviste dilatando algo necesario para hacer otra cosa —sea cual sea— incluso otras cosas que estuviste posponiendo y que ahora por comparación parecen más fáciles,

entonces seguramente te podrás identificar. Suelo decirle *sí* a la voz de la desidia por un tiempo, pero luego llega un momento de decisión cuando tengo que girar en la dirección correcta y decir: “No, tengo un deber que cumplir. Soy escritora, y tengo que escribir”. Y con el uso de las diversas herramientas que te mostraré, puedo hacerlo.

Me sentía limitada en una profesión que no era para mí. En realidad, no era un empleo. Yo era dueña de una empresa. Pero estaba dedicada a algo que no me apasionaba. Y me iba bastante bien, ¡lo cual indicaba que la gente me buscaba por mi trabajo! No quería admitir que no quería dedicarme a eso. En oración y meditación, finalmente, descubrí lo que verdaderamente quería hacer (y que es lo que estoy haciendo actualmente): inspirar a las mujeres a experimentar una vida más plena. ¿El problema? No sabía cómo vivir económicamente de eso. Es decir, en teoría, sabía cómo hacer dinero: vender libros y dar conferencias. Simple, ¿verdad? Más fácil es decirlo, que hacerlo. Pero, por la gracia de Dios, y mucha tenacidad, hoy día estoy feliz de poder vivir de lo que me gusta. Mi momento de decisión fue un día en la ducha. Salí de la cama con desgana para ir a la oficina a dedicarme a un trabajo que no me gustaba, cuando en realidad lo que quería hacer era escribir y dar conferencias. Me metí en la ducha y, de repente, no pude contener las lágrimas. El llanto de mi espíritu se parecía al de una niña de primer grado que no quería ir a la escuela ese día.

—Pero no tengo ganas de ir a trabajar. ¡No quiero ir!

Sin embargo, no eran solo mis emociones. Podía sentir en mi espíritu que Dios me estaba hablando.

—Es el momento de dar el salto —me dijo el Espíritu Santo.

—Pero ¿cómo? —protesté.

—Yo te mostraré cómo hacerlo —me aseguró—. Tendrás miedo. Pero estarás bien.

Así que cambié de rumbo y di el salto. Era el año 2001. El Espíritu Santo tenía razón. Tenía miedo, mucho miedo. Pero estoy bien. Más que bien.

Me sentía estancada financieramente. En un momento de mi vida, había acumulado muchas deudas de tarjetas de crédito y caminaba

con demasiado peso sobre mis hombros. En mi mente siempre tenía el constante estrés de sentirme bajo presión y ahogada en deudas. Sin embargo, muy a menudo me las ingeniaba para ir de compras y sacar mis tarjetas de crédito para hundirme más. Me tomaba vacaciones financiadas por las tarjetas de crédito. No pude resistir la tentación de comprarme un automóvil convertible a plazos cuando me podía seguir arreglando con mi vehículo de cuatro puertas, totalmente pagado, si tan solo le hacía algunas reparaciones. Vivía limitada por los malos hábitos enraizados en una baja autoestima. “Si quiero que me vaya bien, tengo que dar una buena imagen”, razonaba.

Pero ese razonamiento era mentira. Una noche, arrodillada en oración —mientras le suplicaba a Dios que me enviara milagrosamente una gran suma de dinero que borrara todas mis deudas— tuve convicción de pecado y escuché en mi espíritu: “Debes arrepentirte”. Segura de que estaba haciendo lo correcto al pedirle a Dios que me ayudara, me sorprendí por esa insinuación y pensé: *¿De qué me tengo que arrepentir?* Ahí llegó la respuesta. Creo que era la voz de Dios que me estaba revelando la falta que no podía ver en mí: “Yo no te dije que te endeudaras de esa manera. Tú lo hiciste. Te ayudaré a salir de deudas, pero no te voy a enviar el dinero. Tendrás que encontrar la forma de salir de tus deudas”. Y lo hice. Tuve que tomar algunas medidas financieras. Tres años sin salir de compras y mucha concentración, y salí de deudas.

Pero mi peor limitación era la de mis relaciones. En ese momento no sabía de qué se trataba. Sin embargo, después de haber recibido un duro golpe y caer en un profundo pozo, llamado divorcio, a los 36 años supe —con mucha oración, examen de conciencia y consejería— que era codependiente.

Apenas conocía esa palabra. Y, por supuesto, no era así como me hubiera gustado definirme. Pensé que solo era una definición para los cónyuges y los hijos de personas alcohólicas. Realmente aquellos que han lidiado con un ser amado alcohólico o drogadicto conocen la rutina de adaptarse al comportamiento irracional y disfuncional de otra persona. Pero el mismo patrón de conducta contraproducente se aplica a diversas situaciones. La codependencia es actuar como si el comportamiento anormal fuera normal;

acceder a cambiar para suplir las necesidades y conceder los deseos de otros, generalmente, en detrimento de lo que uno quiere y necesita. Melody Beattie lo describe de la siguiente manera en su libro *Libérate de la codependencia*:

“Ellos [los codependientes] dicen que sí cuando quieren decir que no. Tratan de hacer que los demás vean las cosas como ellos. Les cuesta expresar su desacuerdo para no herir los sentimientos de nadie, y de esa manera se hieren a sí mismos. Tienen miedo de confiar en sus sentimientos. Creen las mentiras de los demás y después se sienten traicionados... Luchan por sus derechos, aunque les digan que no tienen ninguno. Se visten con sayal, porque creen que no merecen vestirse de seda”.¹

Vivía limitada por hábitos que ni siquiera sabía que eran un problema. Solo estaba tratando de ser una buena persona, una buena cristiana, de amar a otros y estar dispuesta a sacrificarme por ellos. Pero lo hacía de una manera nociva, que me hacía sentir inferior y menospreciada, porque estaba sacrificando justamente aquello que sabía, de manera fehaciente, que era la voluntad de Dios para mí. Sabía que algo andaba mal y que estaba cansada de eso. Tal vez te ha pasado lo mismo.

Una noche llegó el momento de decisión mientras me miraba en el espejo del baño. Era hora de tener una conversación íntima y franca con la mujer del espejo. Fue breve y directa. Estaba cansada de llorar y de estar decepcionada; estaba cansada de tener éxito en otras áreas y de fracasar en esta. Tenía suficiente fe para creer que no tenía que seguir dando vueltas en ese ciclo vicioso durante el resto de mi vida. No. Podía cambiar. Podía tomar una decisión. Yo era siempre la que les decía a otros: “Solo seguirás viviendo limitada, si decides seguir así”. Y yo no quería seguir así, entonces dije en voz alta:

1. Melody Beattie, *Codependent No More* (Center City, MN: Hazelden, 1992), p. 35. Publicado en español con el título *Libérate de la codependencia*, por Editorial Sirio; y *Ya no seas codependiente*, por Editorial Nueva Imagen.

“Eres una mujer sana y entera, y tus relaciones serán saludables y funcionales”.

Ese día tomé la decisión de salir, de ser libre de mis limitaciones y avanzar. Di el paso más importante. Tomé una nueva dirección. Antes de ese día, había una pequeña voz dentro de mí que insistía en que al no haber aprendido lo que era una buena relación en los primeros años de mi vida (como una hija de padres divorciados) estaba destinada a seguir el mismo ejemplo. Era una mentira que había decidido creer. Ese día, decidí revertir esa mentira. Decidí que la primera parte de esa declaración era correcta: no había aprendido los mejores hábitos en los primeros años de mi vida. Pero la segunda mitad era incorrecta. No estaba destinada a correr la misma suerte. Podía aprender nuevas habilidades relacionales, desde cómo elegir bien y cómo amar bien.

Pronto, empezó a venir a mi mente un pasaje bíblico. Puesto que sabía que era para mí empecé a meditar en él con bastante frecuencia. Y creo que también es para ti:

No os acordéis de las cosas pasadas, ni traigáis a memoria las cosas antiguas. He aquí que yo hago cosa nueva; pronto saldrá a luz; ¿no la conoceréis? Otra vez abriré camino en el desierto, y ríos en la soledad (Is. 43:18-19).

Dios quiere hacer cosas nuevas en ti. Lo que ocurrió en el pasado no tiene que dictar tu futuro. El hecho de que hayas elegido este libro es un indicio de que quieres algo nuevo, algo mejor que los ciclos repetitivos que te han hecho vivir limitada. Al leer estas páginas, tendrás que tomar una decisión. La decisión de ser libre y avanzar. La decisión de tomar otro rumbo en tu vida. Rechaza la mentira de que no es posible cambiar. Decide creer la verdad: Para Dios todo es posible.

Ya sea al dar el paso de escribir este libro, abandonar una carrera que no me apasionaba, salir de deudas o, finalmente, recibir y dar el amor que Dios siempre quiso para mí, he aprendido que el cambio comienza cuando reencauzas tus pensamientos y tus acciones en la dirección de lo que quieres, sea cual sea la historia de tu vida. Con la guía y la fortaleza de Dios, escribirás una nueva historia.

Sea cual sea tu situación, este libro es una herramienta que transformará tu vida y volverá a escribir el libreto de tu vida. Tengo cuatro objetivos con este libro:

1. Que tomes conciencia de las emociones y los motivos que en este momento te impiden seguir adelante y avanzar.
2. Inspirarte a conquistar esas emociones y esos motivos cada vez que surjan.
3. Ayudarte a reescribir tu historia de tal manera que muestre el poder de Dios en tu vida.
4. ¡Darte fuerzas para avanzar hacia la vida maravillosa que Dios ha diseñado para ti!

Hay varios componentes en tu caja de herramientas, que te darán fuerzas para cumplir estos cuatro objetivos:

- *Declaración.* Gran parte de tus limitaciones es simplemente el lenguaje que usas; qué piensas de tus circunstancias presentes y de tu futuro. Cada capítulo comienza con una declaración. Léela en voz alta. Dila con sentimiento. Tus palabras tienen el poder de la vida y la muerte, y a lo largo de las páginas de este libro darás vida a cosas maravillosas con tus palabras.
- *Inspiración.* La decisión de dar el paso de avanzar ocurre en los pequeños momentos de inspiración y determinación. A veces todo lo que necesitamos son algunas palabras que nos reten a cambiar nuestra perspectiva en determinadas ocasiones; una inspiración que nos impulse a seguir adelante. De modo que ten la libertad de buscar la inspiración que te ayude a entender lo que te está pasando en un momento dado. Cada capítulo es breve y termina con un consejo de mi parte para que sigas adelante. Te daré un ejercicio que te ayudará a

avanzar de una manera palpable. ¡No dejes de hacer esos ejercicios! Si los haces, experimentarás una verdadera transformación. Recuerda que la clave es la persistencia.

- *Oración.* Al final de cada capítulo hay una oración poderosa. Hablar con Dios, declarar las grandes verdades de su Palabra, fortalece tu fe e invita a lo sobrenatural. Pero demasiado a menudo, como creyentes, tratamos de movernos en nuestras propias fuerzas en lugar de pedir que el poder de Dios se manifieste en nuestra vida. Incluyo oraciones, porque quiero darte la oportunidad de rendirle a Dios toda tu frustración, tus impedimentos o aquello que te abruma. Invítalo a intervenir en tu vida. Pídele que te guíe, te ayude y haga milagros... y te prometo que te asombrarás de lo que sucederá.

Cómo avanzar y ser imparable

El objetivo aquí no es solo que avances, sino que seas imparable. La “imparabilidad” (isí, inventé esta palabra, pero ya sabes lo que quiero decir!) es resiliencia. La resiliencia no significa que no vas a trastabillar o caer. No implica que necesites tomarte un respiro o recuperarte de tus fracasos y errores. Sino que, sea lo que sea que te haya pasado, haces todo lo posible por recuperarte, sanarte, levantarte y seguir adelante. La vida es impredecible. A menudo, nos suceden cosas que no quisiéramos que sucedan. La pregunta es ¿permitirás que tu vida se termine por completo ante cualquier circunstancia difícil o negativa que enfrentes? ¿Buscarás la perfecta voluntad de Dios para tu vida? ¿Tendrás fe en las cosas maravillosas que Dios tiene guardadas para ti si crees y actúas conforme a lo que crees?

Cuando te vuelves imparable, eres una personificación del poder de Dios en tu vida. Dios puede usarte para atraer personas a Él, porque ven a Dios cuando escuchan tu testimonio. Ven que el poder de Dios se perfecciona en tu debilidad, y quieren esa clase de poder. Ven la manifestación de fe, gracia y milagros sorprendentes en tu vida. Algo les dice que no eres solo tú, sino el poder que actúa *en ti*, y empiezan a desear ese mismo poder.

Cuando aproveches estas herramientas en tu vida, aprenderás a usar la fuerza más poderosa que tienes para ser libre de los patrones que sabotean tu potencial. Esa fuerza es tu mentalidad.

Subamos juntas a las alturas donde Dios te está llamando. Allí te espera algo más, algo más grande, algo mejor. Es hora de seguir adelante y avanzar hacia la vida maravillosa que Dios ha diseñado para ti.

¡Empecemos a avanzar!

A handwritten signature in a cursive script, reading "Talene".

Ocho reglas irrefutables para avanzar y ser una mujer imparable

Cuando estaba atravesando una de las situaciones más difíciles de mi vida y necesitaba tomar una decisión radical, leí una historia que describía exactamente cómo me sentía en ese momento: era consciente de la necesidad de seguir adelante, pero tenía temor al dolor que me provocaría dar el paso de avanzar. Esta es la historia:

Después de una semana de trabajo extremadamente agotador, el sábado en la noche, un campesino fue a cenar y a tomar un trago en la cantina del pueblo para relajarse un poco. El problema fue que no bebió solo un trago ni dos ni tres. Siguió bebiendo hasta que el cantinero se negó a servirle otro trago. Entonces se levantó y empezó a regresar tambaleante a su casa, que estaba a solo un kilómetro de distancia, pero, en su condición, la caminata parecía eterna. Así que decidió tomar un atajo y cruzar por la propiedad y el jardín de su vecino que estaba lleno de rosales. Las rosas todavía no habían florecido del todo, de modo que había más espinas que flores. Eso era peligroso para un hombre ebrio, que regresaba a su casa tambaleante. Cuando el campesino se tropezó con los cordones de sus zapatos, cayó boca arriba sobre un lecho de espinas. Trató de levantarse rápidamente, pero, como ya había perdido el equilibrio, volvió a caer sobre el mismo lecho de espinas. Se quedó allí pensando qué hacer, pero el alcohol pudo más y se quedó dormido.

A la mañana siguiente, se despertó sorprendido al verse rodeado de todo ese rosal. Cuando trató de ponerse de pie, sintió el dolor más punzante e insoportable que jamás había experimentado! Intentó moverse y quitarse las espinas, pero el más leve movimiento era tan doloroso que decidió era mejor quedarse inmóvil. Entonces se quedó allí tan quieto como pudo sobre ese lecho de espinas. Aunque le dolía

estar allí, estaba paralizado por el temor ante el solo pensamiento de moverse.

Eso es como estar paralizada. Entre reconocer que necesitas moverte y ser completamente libre está tu propio lecho de espinas. Puedes levantarte y empezar a caminar, pero a veces es más cómodo quedarte donde estás en vez de soportar el dolor de hacer un cambio, ya sea que se trate de dolor real o de la angustia mental de la postergación, la ansiedad y la falta de confianza.

Salir de esa parálisis requiere una serie de decisiones. Cuando has estado paralizada por mucho tiempo, esa primera decisión de moverte puede ser la más agónica. Y las subsecuentes son aterradoras también. Todo es necesario si quieres avanzar hacia la vida maravillosa que Dios tiene reservada para ti, la vida que tendrás cuando calmes tus temores y te muevas en completa y total fe. Pero valdrá la pena.

1. **No puedes avanzar si sigues mirando atrás.** Deja de mirar la puerta cerrada. Suelta el pasado. Vive en plenitud tu presente.
2. **Meditar en el obstáculo solo lo hace más grande.** Mantén tus ojos en tu meta y no en tu problema y el problema será más pequeño.
3. **Las emociones nos enseñan.** Presta atención a los mensajes que tus emociones te envían. Deja de reaccionar al temor y empieza a responder.
4. **La inspiración no irá detrás de ti.** Si la buscas con todo tu corazón, siempre la encontrarás.
5. **No puedes controlar los pensamientos que vienen a tu mente, pero puedes controlar en cuál de ellos meditar.** Elige tus pensamientos con mucho cuidado.
6. **Tus palabras son herramientas.** Tus palabras pueden paralizarte o impulsarte hacia adelante. Ten cuidado con lo que dices. Elige palabras que te estimulen y te fortalezcan, no que te victimicen y te debiliten.

7. **Todo aquello que sea el centro de tu vida la controlará.** En vez de centrar tu vida en cumplir tus anhelos y sueños, centra tu vida en Aquel que nunca cambia.
8. **Para ser una mujer imparable, debes vencer el momento.** La clave para ser libre de tus limitaciones y avanzar está en la euforia del momento, en el pico máximo del temor, la duda y la indecisión. Cuando reúnes la energía mental, emocional y espiritual que necesitas para dar el siguiente paso al frente.

Di la verdad

Declaración

Hoy decido escuchar la sabiduría interior divina que me susurra la verdad. No la voy a ignorar. No la voy a evadir. Tengo el valor de aceptarla —sin importar las consecuencias—, porque Dios me está hablando. Cuando presto atención a su sabiduría, no tropiezo ni me siento limitada. Cuando acepto la verdad y rechazo el temor, soy una mujer imparable.

Puntos clave

- Cuando enfrentas la verdad, eres libre.
- Tu realidad no cambiará hasta que tomes conciencia de la realidad.
- Acepta la verdad sobre la condición de tu vida y te estarás proyectando hacia la que realmente deseas.

¿Por qué ignoramos la verdad? O, incluso, ¿por qué la evadimos? Tenías la sospecha de que esa persona no era lo que parecía ser, pero de todas maneras iniciaste una relación con ella... y ahora te sientes atrapada y quieres cortar con esa relación.

Sabías por instinto que no era el momento indicado para hacer esa inversión de dinero, pero lo querías y lo compraste. Ahora te quedaste atada a una deuda que te está causando problemas.

No querías aceptar ese proyecto. De hecho, sentiste que no debías aceptarlo cuando te lo pidieron; pero tu personalidad complaciente

te llevó a decir que *sí*, ¡y ahora estás en una encrucijada, resentida y completamente agobiada!

Sabías que no era una carrera profesional para ti, pero por temor o inseguridad o por lo que otros pudieran pensar, la elegiste igual.

Para ser clara, no digo nada de esto para condenarte; sino para que podamos comenzar a transitar por este camino desde un lugar de sinceridad.

El primer paso para ser libre de tus limitaciones es simple: reconocer la verdad y actuar en función de ella. Sé que es más fácil decirlo que hacerlo. Reconocer la verdad y actuar en respuesta a ella podría herir susceptibilidades y ganarte la antipatía de los demás. Incluso te podrías sentir ridícula a veces. Pero nada nos paraliza más que ignorar esa voz suave y apacible que persistentemente nos habla, si tan solo le prestamos atención. Piensa en el área o áreas de tu vida donde actualmente te sientes limitada y escríbelas en el espacio siguiente:

A continuación, responde esta pregunta: si en este momento Dios te estuviera hablando sobre lo que acabas de leer ¿qué te diría de las áreas donde te sientes limitada? Escribe cualquier palabra, pensamiento y mensaje espiritual que hayas sentido, por más pequeño que sea.

Ahora, según lo que sientes que Dios podría estar diciéndote:

¿Es tiempo de hacer qué?

¿Es tiempo de decir qué?

¿Es tiempo de hacer qué cambio?

Decir la verdad es un paso simple, pero uno de los más valientes. Te hará libre y te conducirá a una vida absolutamente imparables. Para dar el primer paso, creo que Dios te está pidiendo primero que seas sincera. Responde a algunas preguntas simples, pero valientes:

- ¿Qué tienes miedo de admitir?
- ¿Qué temes realmente que pueda suceder si te atreves a cambiar?
- ¿La aprobación de quién tienes miedo de no ganar que te lleva a renunciar a tus sueños, tu visión y tu libertad?
- ¿Qué estás evitando por temor a enfrentar las consecuencias de un cambio?
- ¿Y qué tendrías que dejar atrás para poder avanzar hacia la vida que Dios diseñó para ti?

Sé que no son preguntas fáciles, pero creo que las respuestas están dentro de ti. Son tan poderosas que, cuando las respondas con la verdad, tus próximos pasos comenzarán a revelarse asombrosamente. Puedes evadir o ignorar la verdad, pero no desaparecerá. Ese es el poder de tener el valor de decirla.

La verdad te despierta del profundo sueño de las mentiras. Cuando fingimos no escuchar la voz del Espíritu Santo o nos resistimos a prestar atención a esa voz, vivimos una mentira. “Dios, ¿me estás diciendo que el hombre con el que estoy saliendo no es para mí? Pero hace tiempo que somos novios. Invertí demasiado. Si no sigo con él, ¿entonces qué? Volveré a estar sola. Nunca volveré a conocer a otro hombre. Dios, ¿eres realmente tú el que me está hablando? No, no lo creo. Mejor me quedo como estoy”. Y pasan los años, pero la relación no progresa. Te sientes paralizada.

O tal vez no sea una relación. Quizá sea tu manera de administrar el dinero. Sabes que Dios te ha estado mostrando que debes ser una mejor administradora, defender lo tuyo y negociar cuánto vale tu aporte, pero la sola idea de hacer eso te aterroriza. Te imaginas que te humillas para pedir un aumento de salario y que tu jefe te echa de su oficina, o que le dices al agente del concesionario que quieres un mejor precio por tu auto y que se te ríe en la cara. “¡No! —podrían responder disgustados— ¿quién se cree que es?”. Entonces, te quedas callada. Tú no solo quieres un mejor trato o un mejor pago, sino que *lo necesitas*. Pero tus sentimientos de inseguridad podrían llevarte a simular que todo está bien financieramente, cuando no es así.

Si aceptas la verdad de lo que sabes muy dentro de ti, serás libre para caminar hacia la vida que Dios ha preparado para ti: una vida en su perfecta voluntad. Es una vida de fe. Sales sin ninguna garantía excepto la promesa de Dios de que nunca te dejará ni te desamparará y su afirmación de que, si te deleitas en Él, Él te concederá las peticiones de tu corazón.

¡Sigue adelante y sé una mujer imparable!

1. **Ve a un lugar tranquilo.** Durante dos minutos, cierra tus ojos y respira hondo... llena tus pulmones de aire lentamente. Inhala durante cinco segundos. Contén la

respiración cinco segundos. Luego exhala durante ocho segundos.

2. **Medita** en las palabras de Jesús, que se encuentran en Juan 8:31-32: “Si vosotros permaneciereis en mi palabra, seréis verdaderamente mis discípulos; y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres”. La verdad de la Palabra de Dios siempre te hará libre, así como la verdad sobre tu situación.
3. **Di la verdad.** Después de meditar en la cita bíblica, toma conciencia sobre el mayor reto que enfrentas y responde estas preguntas: ¿Qué verdad o verdades no has querido admitir? ¿De qué manera ha afectado eso tu capacidad de avanzar en la vida?

Oración

Señor, dame el valor de enfrentar la verdad y no ignorarla. Dame la fe de confiar en tus insinuaciones cuando la verdad me aterra. Dame el valor y la determinación de dar los pasos necesarios. Tu presencia en mi vida me da poder. Quiero honrar esa presencia y seguir tu guía en todas las cosas, especialmente, cuando el temor intenta paralizarme. Gracias, Dios, por hablarme. Ahora te pido que me ayudes a actuar en respuesta a tus palabras. Amén.