Por suerte, en los últimos años la madurez me ha dado no sólo otro punto de vista, sino las herramientas para combatirlo. Pero sobre todo, un truco. Un truco que es el que hoy quiero compartir

No sé si alguien sabrá de lo que hablo, quiero pensar que sí.

Convivo con este pequeño boicoteador desde que tengo uso de razón. En mis peores y también en mis mejores momentos estaba conmigo. Es esa voz interior que minimiza cualquier esfuerzo que yo haga y lo considera interesado. Minimiza mis buenas intenciones y busca su revés negativo. Minimiza mi amor por otras personas y lo considera insignificante. Minimiza mi positividad y la ridiculiza. **Minimiza lo mejor.**

Pero no os vayáis a creer, esa voz interior también maximiza. Maximiza mis defectos y me hace creer que son insoportables. Maximiza mis arrepentimientos transformándolos en una culpa enorme. Maximiza mis periodos de bajón haciéndome creer que serán para siempre. **Maximiza lo peor.**

Y lo preocupante es que esa voz interior soy yo misma diciéndome que

Phoca PDF

no conseguiré hacerlo, que no podrá durar lo bueno, que tendrá que llegar lo malo, que seguro que hay algo que no he entendido… ¿Alguien se siente identificado con este enemigo interior?

El pequeño boicoteador se ceba especialmente con las madres. Es un campo fácil: es muy sencillo hacerles (nos) creer que no son suficiente, que lo han hecho mal, que la de enfrente lo hizo mejor, **que te están quitando la vida**, que un día más te has vuelto a equivocar aquí y allá… La sombra de la duda, de la desconfianza, del fracaso.

Por suerte, en los últimos años la madurez me ha dado no sólo otro punto de vista, sino las herramientas para combatirlo. Pero sobre todo, un truco. Un truco que es el que hoy quiero compartir.

El truco no es otro que mirar hacia Arriba con humildad y confianza. Mirar a Quien todo lo ve. "Señor, Tú lo sabes todo, Tú sabes que te quiero". Algo así.

Cuando mi pequeño boicoteador minimiza mis esfuerzos y los considera interesados… Cuando mi pequeño boicoteador minimiza mis buenas intenciones y busca su revés negativo… Cuando mi pequeño boicoteador minimiza mi amor por otras personas y lo considera insignificante… **Humildad, es posible que sea en parte cierto.** Y después un simple, "Señor, Tú lo sabes todo, acepta lo poco que de bueno haya en esta montaña de esfuerzo y de sentimientos contradictorios".

Cuando mi pequeño boicoteador minimiza mi positividad y la ridiculiza… **Confianza y humildad. Confianza ante todo en Quien me creó.** Ser positivo objetivamente es algo bueno. No hay nada de lo que avergonzarse, ser positivo es bello, útil y hace más llevadera (más aún, hace más feliz) la vida y sus dificultades. Incluso para defenderse hay que ser humilde.

Cuando mi pequeño boicoteador maximiza mis periodos de bajón haciéndome creer que serán para siempre… **Confianza.** Confianza en que allá arriba hay Alguien que conduce la historia, que sabe todo, que busca lo bueno para mí, que no deja nada a la improvisación, que me quiere y que no me dejará sola.

Cuando mi pequeño boicoteador maximiza mis arrepentimientos transformándolos en una culpa enorme… Cuando mi pequeño boicoteador maximiza mis defectos y me hace creer que son insoportables… **Humildad y confianza.** Si Dios me perdona, puedo perdonarme yo también. Dios me creó, no le debió de parecer tan mal…

Phoca PDF

En resumen, ante el pequeño boicoteador, humildad y confianza. Una mezcla que nunca falla. Gracias a ellas puedo vivir cada día sabiendo que, aunque me equivoco y esa voz interior se encarga de recordármelo y agrandar la tragedia, también hay Alguien que me cuida y que se preocupa de cada uno de los momentos de mi día a día, asegurándome que **al final todo saldrá bien**. Y así, qué queréis que os diga, el enemigo interior queda –casi– K.O. y la vida, la cotidianidad y los pequeños fallos se viven de otra manera.

Sara Martín, en mujeresteniamosqueser.com.

Phoca PDF