

Cómo **sobrevivir** en un mundo
obsesionado con las comparaciones

¡No te compaures!

PARA CHICAS



SHANNON POPKIN & LEE NIENHUIS

“¡Cómo nos hubiera gustado contar con este libro durante nuestra adolescencia! La comparación es una lucha muy fuerte para muchas mujeres hasta bien entrada la edad adulta. Y las semillas se plantan a edades cada vez más jóvenes. Este libro ejercerá en las adolescentes tal influencia, que las guiará a Cristo y les enseñará a encontrar su valor en Jesús, no en lo que digan los demás. Shannon ha acertado otra vez con este libro”.

BETHANY BEAL Y KRISTEN CLARK, autoras de *Una chica definida por Dios*

“Shannon y Lee presentan verdades bíblicas que poco a poco animan e infunden vida al alma de una adolescente. Este libro no teme profundizar y llegar a la raíz de temas como la imagen corporal, la identidad de género y la comparación. Nuestras jovencitas necesitan algo más que versículos bíblicos que les recuerden que son suficientes: necesitan toda la verdad del evangelio para comprender el porqué de su lucha. Este libro hace precisamente eso. ¡*No te compares!... para chicas* presenta a las jovencitas al Único que puede sanar todos nuestros problemas de comparación e inseguridades: Jesús. No veo la hora de que mi hija lo lea”.

HEATHER CREEKMORE, presentadora de pódcast, asesora de imagen corporal y autora de *Compared to Who?*

“Shannon y Lee han escrito un hermoso libro lleno de historias, oraciones personales y enseñanzas relevantes. Es un rico regalo para esta generación de jóvenes adolescentes, en realidad, para cualquier mujer que sea lo suficientemente humilde como para leerlo y aprender a vivir libre del egocentrismo”.

PAULA HENDRICKS-MARSTELLER, autora de *Confessions of a Boy-Crazy Girl*

“¡Cómo me gustaría poder volver a mi adolescencia y leer este libro! Ya me propuse adquirirlo para mi hija cuando comience esta etapa de su vida. La lectura de este libro romperá cadenas y liberará a las adolescentes. Incluso yo misma, mientras leía estas páginas con mis más de veinte años, sus palabras tocaron mi corazón y me recordaron mi propósito y lo que Dios dice de mí”.

HOPE REAGAN HARRIS, autora de *This Is My Happy Place* y *Purpose Doesn't Pause*

Libros de Shannon Popkin publicados por Portavoz

¡No seas una mujer controladora!

¡No te compares!

¡No te compares!... para chicas

¡No te compares!... para chicas

Cómo sobrevivir en un mundo obsesionado
con las comparaciones

SHANNON POPKIN & LEE NIENHUIS



**EDITORIAL
PORTAVOZ**

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

Dedicatoria

A nuestras hijas

Lindsay, Gabriella y Lexie Beth:

Bellas criaturas de Dios, amadas profundamente.

Son tres tesoros.

Título del original: *Comparison Girl: Thriving Beyond Measure in a World That Compares*
© 2024 por Shannon Popkin y Lee Nienhuis. Publicado en inglés por Kregel Publications, una división of Kregel Inc., 2450 Oak Industrial Dr. NE, Grand Rapids, MI 49505.

Edición en español: *No te compares... para chicas* © 2025 por Editorial Portavoz, filial de Kregel Inc., Grand Rapids, Michigan 49505. Traducido con permiso. Todos los derechos reservados.

Traducción: Rosa Pugliese

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.

Todo el texto bíblico sin otra indicación ha sido tomado de la *Santa Biblia*, Nueva Traducción Viviente, © Tyndale House Foundation, 2010. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, Inc., 351 Executive Dr., Carol Stream, IL 60188, Estados Unidos de América. Todos los derechos reservados.

El texto bíblico indicado con “NVI” ha sido tomado de la Santa Biblia, NUEVA VERSIÓN INTERNACIONAL®, © 1999, 2015 por Biblica, Inc.® Reservados todos los derechos en todo el mundo.

El texto bíblico indicado con “NBLA” ha sido tomado de la Nueva Biblia de las Américas, © 2005 por The Lockman Foundation. Todos los derechos reservados.

EDITORIAL PORTAVOZ
2450 Oak Industrial Drive NE
Grand Rapids, MI 49505 USA
Visítenos en: www.portavoz.com

ISBN 978-0-8254-5094-5 (rústica)
ISBN 978-0-8254-6327-3 (Kindle)
ISBN 978-0-8254-6328-0 (epub)

1 2 3 4 5 edición / año 34 34 33 32 31 30 29 28 27 26 25

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

CONTENIDO

Una nota de Shannon 7

Una nota de Lee 9

Capítulo 1: Bienvenida a este mundo obsesionado con las comparaciones

Cuestionario: ¿Eres una chica obsesionada con las comparaciones?.. 12

Día 1: Un millón de maneras de comparar 15

Día 2: Un brusco despertar 21

Día 3: Espejos de bolsillo y la verdad 26

Día 4: Un ataque persistente..... 31

Día 5: Creadas para una vida de entrega 35

Capítulo 2: Comparar los pecados

Cuestionario: El bueno y el malo 42

Día 6: Grandes pecadores, pequeños pecadores y otras mentiras. 45

Día 7: Reconozco que soy una pecadora 50

Día 8: Pasé por lo mismo y no sabía que estaba mal 55

Día 9: Apariencia de santa 61

Día 10: Orgullo de chica de iglesia 66

Capítulo 3: Comparar la belleza

Cuestionario: Espejito, espejito..... 72

Día 11: Mi aspecto externo 75

Día 12: Maquillaje, peinados y estar a la moda 80

Día 13: Revistas, anuncios y filtros 84

Día 14: Imagen corporal 89

Día 15: Chicas hermosas, corazones preciosos..... 97

Capítulo 4: Comparar la feminidad

Cuestionario: Chicas “súper” femeninas, chicas “poco” femeninas

e identidad de género 104

Día 16: Chicas “súper” femeninas y chicas “poco” femeninas 107

Día 17: Identidad de género 113

Día 18: Loca por los chicos..... 120

Día 19: La elección de la ropa..... 125

Día 20: No me gustan los chicos 131

CONTENIDO

Capítulo 5: Comparar la popularidad

Cuestionario: Los amigos	138
Día 21: Los “me gusta” y las redes sociales	141
Día 22: Elegida	146
Día 23: Favoritismo	151
Día 24: Hacerte pequeña	156
Día 25: Grandes líderes	160

Capítulo 6: Comparar las posesiones

¿Versículo bíblico o personaje famoso? Hablemos del dinero	167
Día 26: Puedo pagarlo	169
Día 27: Identidad de marca reconocida	174
Día 28: Donde esté tu tesoro...	178
Día 29: La chica pobre	183
Día 30: Manos bien abiertas	189

Capítulo 7: Comparar los talentos

Inventario de talentos	196
Día 31: La distribución de los talentos	199
Día 32: Correr tras ella	205
Día 33: Probarse para un equipo y pasar la prueba	211
Día 34: Súper inteligente	217
Día 35: Ser la mejor	223

Capítulo 8: Comparar las relaciones

Encuesta: Asuntos de familia	230
Día 36: Comparar a los padres	233
Día 37: La casa genial.	239
Día 38: Solitaria	244
Día 39: Relaciones sentimentales	250
Día 40: <i>Influencers</i>	256

Conclusión: Señor, ¿y qué de ella? 261

Reconocimientos 265

Notas 267

Acerca de las autoras 271

UNA NOTA DE SHANNON

EN SEXTO GRADO, yo era una chica con lentes y pecas, un tanto boba, fantasiosa y desenfadada. Mi mejor amiga, Kathy, y yo nos divertíamos pasándonos pequeñas notas escondidas en mi sacapuntas durante las clases. A menudo nos quedábamos a dormir en la casa de alguna de las dos, y nos reíamos hasta altas horas de la noche de las ridículas historias que inventábamos. La vida no podía ser mejor.

Sin embargo, todo cambió en el campamento de sexto grado. Kathy estaba en otra cabaña, y yo estaba con chicas desconocidas, que llevaban maquillaje, vestían ropa bonita y hablaban de chicos. Estaba segura de que los chicos también hablaban de ellas. Especialmente de Kim, la chica de cabellera larga y rubia, pestañas espesas y los hoyuelos más bonitos que se le formaban cuando sonreía.

Mientras deshacíamos las maletas, Kim dijo a sus amigas que prefería ducharse por la noche, y todas estuvieron de acuerdo. *Sí, era mucho mejor ducharse por la noche.* El caso es que yo no había planeado ducharme en absoluto. Eso era un campamento. ¡Ni siquiera había metido en la maleta una toalla o champú!

Cuando las chicas volvieron de las duchas y empezaron a prepararse para irse a la cama, observé con interés cómo Kim hacía algo que nunca había visto: se enrollaba el cabello húmedo en rulos de esponja de color rosa. Por la mañana, cuando Kim se sacó los rulos, ¡casi me quedo sin aliento! Su larga cabellera rubia se había transformado en grandes y hermosos rizos que ahora rebotaban sobre sus hombros cuando se movía. Estaba intrigada, por no decir otra cosa. También estaba secretamente encantada, porque, aunque era evidente que yo no estaba a la altura de Kim y sus amigas, ella acababa de revelar su secreto para conseguir una belleza envidiable. ¡Rulos de esponja!

Volví a casa con la determinación de crecer y reinventarme. ¿Primera orden del día? Los rulos de esponja.

Me duché por la noche, como Kim, y enrollé mi cabello castaño corto y húmedo en los rulos de esponja rosa. A la mañana siguiente, me quité los rulos

UNA NOTA DE SHANNON

y corrí al espejo. Esta vez *me quedé sin aliento*, pero no por mi envidiable belleza. Parecía que me había quedado electrocutada.

El campamento de sexto grado fue un punto de inflexión para mí. Mi vida pasó de ser alegre a difícil. De contenta a fastidiosamente insuficiente. ¿Por qué? Porque ahora veía algo que antes había estado oculto. Se abrió ante mí una dimensión completamente nueva: el mundo de la comparación.

¿Has entrado en ese mundo? ¿Te sientes incómoda e insuficiente porque no das la talla? ¿O tal vez disfrutas en lo secreto cómo te destacas por encima de las demás? Sea como sea, espero que escuches lo que Jesús dice sobre la comparación y la verdad que puede hacerte libre.

Estas son lecciones que desearía haber aprendido antes, y espero que tú aprendas de mis errores. Mientras lees este libro, debes saber que Lee y yo te entendemos, conocemos el sentimiento de dolor de la interminable comparación, y queremos caminar contigo hacia la libertad. ¿Estás preparada? ¡Estamos contigo!

Con amor.

Shannon

UNA NOTA DE LEE

TENÍA TRECE AÑOS la primera vez que me pellizqué tan fuerte que me salió un moretón. Mi mejor amiga, Melissa, y yo habíamos estado celebrando una fiesta de pijamas, con bocadillos nocturnos, mascarillas y música a todo volumen. Melissa y yo éramos amigas inseparables desde hacía un par de años, además era de confianza y leal en todos los aspectos que esperas de una amiga. Así que le hice la pregunta que me rondaba en la cabeza desde hacía semanas.

—Melissa, dime la verdad. ¿Soy bonita?

—Lee, sabes que eres bonita. Les gustas a los chicos y tienes amigos.

—Pero, si pudiera cambiar o mejorar alguna parte de mí, ¿cuál debería ser?

—pregunté y contuve la respiración.

—¿Sinceramente? —preguntó. Asentí con la cabeza.

—Bueno, estás en buena forma, pero podrías tonificar más los muslos.

Y ese fue el momento. El momento en que mis muslos se convirtieron en mi enemigo.

Desde esa noche, los miraba y deseaba que fueran diferentes... más tonificados. Menos parecidos a los de una atleta y más parecidos a los de una bailarina. Ponía mis dedos en la parte externa o interna de los muslos (en toda la flacidez que colgaba) y pellizcaba con fuerza. Supongo que al principio era por frustración. Imaginaba que, si pellizcaba con fuerza, la flacidez desaparecería y se solucionaría el problema. Puede que empezara como un deseo de parecer perfecta, de tener piernas de bailarina como Melissa, pero más tarde se convirtió en una forma de compararme. ¿Cuánto podía pellizcar? ¿Era menos que el día anterior? Me quedaban moretones. Un par de años más tarde, cuando había “mejorado” mis muslos con ejercicio, fueron mis brazos, mi vientre y mis costados.

No importaba si tomaba decisiones alimenticias saludables, si me mantenía físicamente activa o si estaba en buena forma para mi tipo de cuerpo. No lo solucionaban los chicos que gustaban de mí ni tener un montón de amigas. No estaba bien conmigo misma y estaba enojada con la única persona que creía

UNA NOTA DE LEE

que podía cambiarlo todo. *Yo*. Pensaba que, si me esforzaba más o hacía mejor las cosas, podría ser quien quería ser.

No conocí a Jesús ni supe realmente que me ama tal como soy, hasta los dieciséis años. Para entonces, ya tenía mil pellizcos de un hábito que no sabía cómo romper: el hábito de compararme y castigarme cuando no estaba a la altura de mis propias expectativas o de las expectativas de los demás. A veces me dejaba marcas en la piel, pero también me lastimaba una parte que podía cubrir: mi corazón.

Ahora sé la verdad. Esa no es la voz de mi amigo Jesús. Él no me habla de esa manera y jamás querría que yo viviera amoratada por creer un montón de mentiras. Cuando leí el libro de Shannon para mujeres sobre la comparación, supe que tú también lo necesitabas. Jesús no quiere que sus hijas se hagan moretones a sí mismas o una a otras con toda esta competencia. ¿Qué tal si pudiéramos caminar en una vida de libertad para ser tal como Dios nos creó? Llenas de alegría y de verdad. ¡Por la libertad, amiga!

Te amamos.

Lee



Capítulo 1

BIENVENIDA A ESTE MUNDO OBSESIONADO CON LAS COMPARACIONES

Lee: Oye, amiga, ¡estoy tan cansada de este juego de las comparaciones! Por momentos siento que no valgo nada y, de repente, me siento orgullosa de ser, como mínimo, más bonita, más lista o más popular que otra chica. Estoy harta de eso. Mis dos reacciones son horribles.

Shannon: Oh, amiga. Conozco esa sensación demasiado bien. ¡A veces siento lo mismo! Trabajemos juntas en esto. Podríamos ser “hermanas hartas de las comparaciones”.



CUESTIONARIO: ¿ERES UNA CHICA OBSESIONADA CON LAS COMPARACIONES?

PUEDEN QUE YA SEPAS que la comparación es un problema para ti. O tal vez pienses que hay otras personas que tienen un problema mucho peor que tú. Aquí tienes un cuestionario que te ayudará a ver en qué aspectos la comparación puede ser un problema para ti. Puedes marcar tus respuestas en el libro o escanear el código QR para responder el cuestionario en línea y ver cómo se compara tu puntuación con la de otras chicas. (Sí, puedes hacer esa comparación). Queremos que sepas que no eres la única.

	SÍ	No
1. Al entrar en un lugar, identifico a las chicas más bonitas.		
2. A menudo deseo tener cosas más lindas (teléfono, ropa, etc.).		
3. Presto atención a cuántos “me gusta”, seguidores y comentarios tiene la gente en las redes sociales.		
4. Soy perfeccionista.		
5. He sentido envidia o me he sentido amenazada cuando alguien posee la misma habilidad o destreza que yo.		
6. Comparo a mi familia con otras familias.		
7. Cuando veo que otra persona tiene éxito, siento envidia en lo secreto.		
8. Me siento muy frustrada y avergonzada cuando cometo errores.		

Cuestionario: ¿Eres una chica obsesionada con las comparaciones?

9. A veces juzgo a los demás cuando veo que no viven como yo creo que deberían vivir.		
10. Soy tímida y me obsesiono con lo que piensan los demás.		

¿Qué tal te ha ido? Tal vez hayas respondido afirmativamente a casi todas estas preguntas o quizás solo a unas pocas.

¿Has pensado en alguna otra chica que también necesita hacer este cuestionario? Si es así, ¡nos parece estupendo! ¿La invitarías a leer este libro y a hablar de él contigo? Una cosa sabemos: ¡tratar de averiguar cuánto nos comparamos es mucho más fácil y divertido cuando lo hacemos con una amiga o en un grupo pequeño!

“Pregunto para una amiga”

Casi a diario leemos mensajes en las redes sociales donde se formulan preguntas como estas:

¿Es malo comerse un paquete entero de galletas de chocolate? Pregunto para una amiga.

¿Cinco horas de YouTube es demasiado en un día? Pregunto para una amiga.

¿Alguien ha encontrado un tutorial de maquillaje que realmente ayude? Pregunto para una amiga.

Sería raro no marcar ninguna casilla en el cuestionario anterior. La comparación forma parte de la vida, pero, aunque en este momento no te des cuenta de que haces comparaciones, probablemente esté a la vuelta de la esquina. No pasa nada si ahora mismo lees este libro para una amiga. Sobre todo, esperamos que este cuestionario te ayude a dar el primer paso para conversar sobre el tema, y el resto de este libro a seguir conversando. ¿Lista para empezar?

Día 1

UN MILLÓN DE MANERAS DE COMPARAR

*Y yo le pediré al Padre, y él les dará otro Abogado Defensor,
quien estará con ustedes para siempre.*

JUAN 14:16

UN DÍA EN LA VIDA de una chica obsesionada con las comparaciones:

6:15 a.m.: Suena el despertador y Ana refunfuña.

6:30 a.m.: Ana se levanta de la cama y se mira en el espejo, y compara su piel y su cabello con las fotos de Instagram que vio anoche antes de acostarse. *Me va a costar mucho mejorar mi apariencia para ir al colegio, y aun así estaré lejos de parecerme a las influencers que vi anoche.*

6:45 a.m.: Ana se seca en la ducha y observa sus pechos, su cintura y sus muslos. *Demasiado planos, demasiado ancha, demasiados abultados y ahora mis jeans me aprietan.*

6:50 a.m.: Ana se mira en el espejo para darse ánimos. *Estás estupenda. Tienes el cabello genial. Tu ropa es perfecta. ¡Te ves muy bien! Intenta no olvidarlo antes de subir al autobús.*

7:00 a.m.: Ana baja las escaleras y se sirve un tazón de su cereal favorito. *Celeste debe estar preparándose un batido verde. No como muy saludable. Con razón estoy gorda.*

BIENVENIDA A ESTE MUNDO OBSESIONADO CON LAS COMPARACIONES

7:15 a.m.: Ana camina hacia la parada para tomar el autobús que la llevará al colegio. *Ojalá tuviera un auto. No tiene nada de genial que una chica de dieciséis años vaya en autobús.*

7:16 a.m.: Llega el autobús y Ana se sienta en el centro. *Ni adelante, donde se sientan los niños pequeños, ni atrás, donde se sientan los chicos malos. ¡Ojalá tuviera a alguien con quien sentarme!*

7:58 a.m.: Ana cruza las puertas de la escuela e inmediatamente se siente insegura. *Hoy no he visto a ninguna otra chica que lleve unos jeans como los míos, y esta camisa parece ya demasiado desteñida. Por una vez en la vida me gustaría vestir ropa que luzca genial.*

8:14 a.m.: Ana entra a la primera clase justo antes que suene el primer timbre. Su profesora le devuelve el examen del viernes pasado con la nota escrita en tinta roja en la parte superior. *Un Sobresaliente. ¡No lo puedo creer! ¡Aleluya!... pero Gaspar y Alicia también sacaron Sobresaliente. Debí de ser un examen fácil porque no suelen sacar buenas calificaciones.*

9:15 a.m.: La clase terminó y Ana sale al pasillo, mientras observa a los grupos de chicos que se forman a lo largo del pasillo. *Deportistas. Chicas a las que les gustan los deportistas. Chicos del grupo juvenil. Chicos de teatro con su propia onda. Friquis. Drogadictos. ¿A qué grupo pertenezco realmente?*

11:15 a.m.: Ana va a almorzar con sus amigos. *Me pregunto quién comprará el almuerzo en la cafetería hoy. ¿Podré conseguir un buen lugar en la mesa? ¿Me guardarán un lugar? Ojalá hubiera preparado mi almuerzo como Katy. Tiene la lonchera más bonita de toda la escuela. Ella también es bonita.*

11:19 a.m.: Ana se sienta junto a Katy en la mesa del almuerzo. *Me pregunto si debería haberme sentado al lado de la chica nueva. No quiero que se sienta sola, pero si lo hiciera, ¿qué pensarían mis amigas?*

11:20 a.m.: Todas las amigas de Ana sacaron sus teléfonos y están mirando las fotos del fin de semana pasado. *Debería haberles puesto un filtro a las fotos antes de mostrárselas. Las cicatrices de mi acné resaltan mucho.*

Puede que a ti y a Ana les parezca un día normal, pero este tipo de comparación es agotador, ¡y aún no es mediodía! A Ana todavía le queda toda una larga tarde de comparaciones en las clases, los entrenamientos deportivos, los deberes y qué chicos se fijan en ella (o cuáles no), por no hablar del tiempo que pasa comparándose con las publicaciones de YouTube y las redes sociales cuando llega a casa

- **Vuelve atrás y pon una estrella junto a los momentos del día de Ana con los que te sientas identificada. ¿Hay algún otro momento del día en el que te sientas especialmente impulsada a hacer comparaciones? Si es así, ¿cuáles?**

- **Cuando piensas en la mañana de Ana, ¿qué palabras te vienen a la mente? ¿Cómo te imaginas que se siente Ana al final del día?**

¿No estamos hartas ya?

Desde nuestra más tierna infancia, la mayoría de nosotras nos pasamos el día intentando ser una persona sin ningún defecto. Cuando nos sentimos disminuidas o expuestas, nos cubrimos y escondemos. Y si finalmente damos la talla, nos perdemos en el perfeccionismo, la independencia y el orgullo. O tal vez renunciamos a la esperanza de encajar y nos juntamos con las chicas “raras a propósito”, las que están tan hartas de no dar la talla que deciden no molestar en encajar.

BIENVENIDA A ESTE MUNDO OBSESIONADO CON LAS COMPARACIONES

Todas estas respuestas nos alejan de la libertad y la alegría. En cambio, nos llevan a temer lo que puedan pensar o decir los demás. Terminamos por tratar de demostrar cuánto valemos y de dar la talla, mientras todo el tiempo tememos que alguien pueda descubrir que somos una farsa.

Cuando consideras toda esa presión, ¿no estás harta de vivir como una chica obsesionada con las comparaciones? Eso esperamos. No es forma de vivir. Puede que haya mil formas de dar la talla, pero ninguna de ellas nos hace sentir plenas. La respuesta lógica es: “Deja de compararte”, pero nuestra pregunta es: “Bien, ¿cómo?”. La comparación es tan natural como darte cuenta de que tus zapatos son más grandes que los míos, o de que has sacado un Sobresaliente cuando yo he sacado apenas un Suficiente. ¿Qué podemos hacer? ¿Ponernos anteojeras como las que llevan los caballos?

Y cuando intentamos no compararnos, irónicamente, ¡también es agotador! Muchas de nosotras sabemos que no debemos mirar a nuestro alrededor para compararnos con los demás. Así que redoblamos nuestros esfuerzos y nuestros intentos de corregir nuestra inclinación a compararnos. Todo se convierte en un círculo vicioso. La comparación es una trampa de la que no podemos escapar por nosotras mismas. Está en todas partes y nunca se acaba.

¿Cómo obtenemos el poder para dejar de hacerlo?

El poder para dejar de hacer comparaciones no está en nosotras. (¡¿Qué?!). Luchar y batallar contra la comparación por nuestra cuenta solo nos lleva a un problema peor. Hay batallas que libramos y problemas que enfrentamos que solo se pueden vencer con la ayuda de Dios. De hecho, el poder para dejar las comparaciones solo llega *cuando* dejo de intentar hacerlo sola. Corregir el problema de la comparación viene del Espíritu de Cristo que obra en mí para renovar mi mente y mis procesos de pensamiento. El poder que transforma nuestra vida solo existe en el contexto de una relación con Él. No hay escapatorias, atajos, trucos ni códigos.

Cuando se trata de cambiar nuestra mente y nuestra vida, la ayuda está solo a una simple oración silenciosa de distancia. Ten la libertad de hacer una oración como la mía.

Jesús:

Te pido que me ayudes. No puedo corregir esto yo sola.

Enséñame tu camino y dame un corazón dispuesto a seguirlo.

Amén.

Amigas, Jesús se acerca a nuestra necesidad. Es entonces cuando aparece con su poder. Y cuando aparece con *su* poder, la comparación no tiene ninguna oportunidad.

¿Qué significa comparar?

Te ofrezco tres breves reflexiones sobre lo que significa comparar:

1. La palabra *comparación* es neutra. Significa pensar o considerar en qué se parecen y en qué se diferencian las cosas.
 2. Cuando comparamos, relacionamos una cosa con otra y medimos todo tipo de cosas, desde las que podemos ver hasta las que no. Lo hacemos con objetos físicos, lugares y personas hasta llegar a las preferencias, sentimientos y personalidades.
 3. Cuando comparamos, a menudo tomamos una decisión: determinamos si algo es parecido o diferente, si dos cosas concuerdan o no y, a veces, les asignamos un valor sobre la base de nuestra decisión.
- **¿Es siempre malo comparar? ¿Por qué sí o por qué no?**

 - **¿Cuáles son algunas palabras de comparación que utilizas a diario? (Te ayudamos a empezar).**
 - Más pequeño**
 - Más barato**
 - Más bueno**

BIENVENIDA A ESTE MUNDO OBSESIONADO CON LAS COMPARACIONES

- ¿Qué crees que puede hacer que la comparación sea dañina?

La comparación no es nada nuevo. En la época de Jesús, las personas también estaban atrapadas en las comparaciones, pero Jesús les mostró la salida. ¿Estás tú también preparada para encontrar la salida?

Dios:

Estoy cansada de comparar. Me deja encerrada en mis pensamientos y a veces en mis relaciones. No puedo corregir este problema de comparación yo sola. Necesito tu ayuda.

Amén.