

TENDENCIAS

Estas poderosas fotos te demostrarán que no hay nada de malo en las imperfecciones

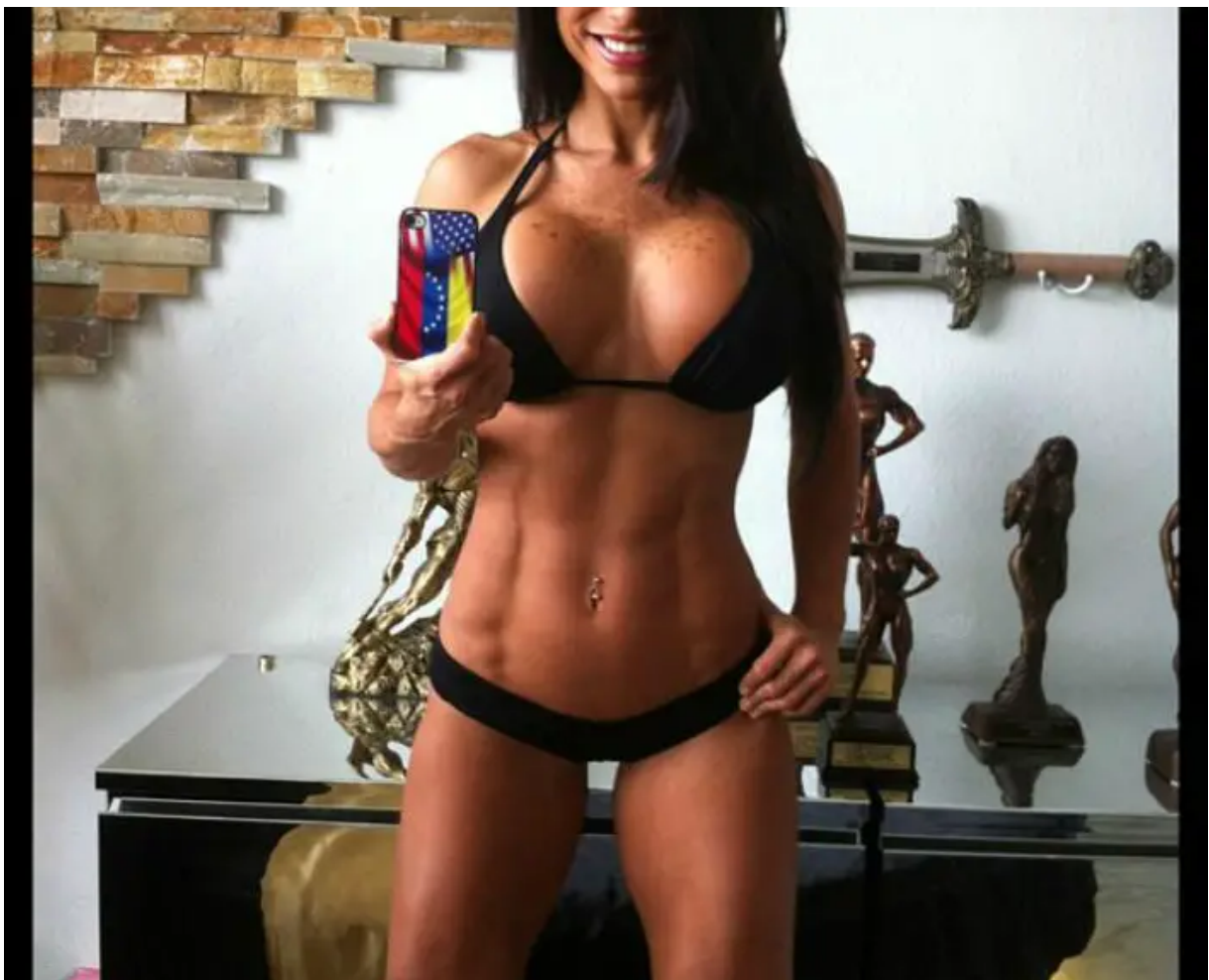
El Ciudadano · 14 de marzo de 2016



Considera esto la próxima vez que compares tu cuerpo con el de alguien más...

Todos hemos experimentado eso que pasa cuando nos miramos con poca ropa en un espejo de cuerpo completo, en vez de **partir pensando en las cosas que nos gustan** de nuestra apariencia **siempre terminamos mirando y analizando lo que no nos gusta**.

Nos gustaría tener un abdomen más plano y los brazos de cierta actriz y también nos gustaría poder borrar esa terrible celulitis, pero la verdad es que: **Todos tienen algo que no luce 'perfecto'** y la razón es sencilla: **Somos seres humanos de carne y hueso** y no modelos editadas por computador.



Puede que suene duro decirlo así, pero es la verdad: ¡Ni siquiera las modelos se ven así de bien en la vida real!... Por otro lado, no podemos vivir una vida pensando que antes de vivir, reír, amar o ser

felices tenemos que perder peso, tener un trasero espectacular o finalmente poder ponernos esos jeans de una talla muy pequeña... **Somos más que nuestros cuerpos.**

Molly Galbraith, Neghar Fonooni y Jen Sinkler son tres mujeres que se decidieron a compartir esta potente experiencia, fotografiando sus cuerpos que podrían verse 'perfectos' (ningún cuerpo lo es) y **compartiendo sus propias inseguridades**, cada una de ellas es profesional en el área de los ejercicios y el fitness, sin embargo, también han sido víctimas de las inseguridades en cuanto a la apariencia física.

Échales un vistazo:

1. Neghar Fonooni.



“Tengo unos abdominales increíbles, pero en el pasado me abrumaba esta necesidad de ser perfecta y de compararme con otros. La verdad es que mientras tú estás comparando tus abdominales con los míos, probablemente yo estoy comparando mis piernas con las tuyas”.

2. Jen Sinkler.

“Como el 90% de las mujeres, tengo celulitis desde que era muy pequeña. Estoy en buena forma ahora y antes también lo estaba. Sin embargo, la diferencia es que ahora me atrevo a usar shorts. Y muy a menudo. ¿Qué cambió además de mi ropa? Mi actitud”.

3. Molly Galbraith.

“Hay tantas cosas que percibo como imperfecciones, desde mi estómago cuando me siento, mis estrías y la piel suelta, hasta mis ojos pequeños. Después de mirar estas ‘imperfecciones’ como si fuese otra persona, he decidido que no son cosas tan malas después de todo”.

¡Al final del día no importa cómo te veas!.

Sino la **actitud que tienes para enfrentar el día a día**, piénsalo bien: ¿Te amarían más tus seres queridos si tuvieras brazos más delgados o más musculosos?, ¿Se acabarán tus problemas sólo con borrar esa cicatriz que odias o las marcas de acné?: La respuesta es no...

Así que **en vez de seguir comparando el cuerpo que tenemos** con el cuerpo de los demás, quizás sea **mejor amarlo**, aceptarlo como es y dedicarnos a vivir la vida que queremos.: ***¡El momento siempre es ahora!.***

Fuente: [El Ciudadano](#)