

Papas en la Mochila

Audio

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

Un día, el maestro nos pidió de tarea que lleváramos papas crudas y una bolsa de plástico.

Nos dijo que pusiéramos en la bolsa plástica una papa por cada persona a la que guardábamos resentimiento y escribiéramos su nombre en ella.

Nos pidió que durante una semana lleváramos con nosotros a todos lados esa bolsa de papas en la mochila.

¡Algunas bolsas eran realmente pesadas!



Activar Windows

Vaya a Configuración para activar Windows.

A close-up photograph of a young boy with light brown, curly hair. He is looking upwards and slightly to his right with a thoughtful expression. He is wearing a dark-colored hoodie with yellow stripes on the sleeves. The background is blurred green foliage.

Naturalmente la condición de las papas se iba deteriorando con el tiempo.

El fastidio de acarrear esa bolsa a todo momento me demostró claramente el peso que cargaba a diario en mi corazón y en mi vida debido al resentimiento.

También aprendí como, mientras ponía mi atención en ella para no olvidarla, desatendía cosas que eran mas importantes para mí.

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.



Este ejercicio me hizo pensar sobre el precio que pagaba por no perdonar algo que ya había pasado y no podía cambiarse.

Muchas veces pensamos que el perdón es un regalo para el otro, sin darnos cuenta que los primeros beneficiados somos nosotros mismos.

Todos tenemos papas
pudriéndose en nuestra
"mochila" sentimental.

La falta de perdón es como
un veneno que tomamos
diariamente a gotas pero
que finalmente nos termina
envenenando.



Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

Muchas veces al primero que tienes que perdonar es a ti mismo por todas las cosas que no fueron como hubieras querido que fuesen.



Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

El perdón nos libera de ataduras que nos amargan el alma y enferman el cuerpo.

No significa que estés de acuerdo con lo que pasó, ni que lo apruebes.

Perdonar no significa dejar de darle importancia a lo que sucedió, ni darle la razón a alguien que te lastimó.

Simplemente significa dejar de lado aquellos pensamientos negativos que nos causaron dolor o enojo.

El perdón se basa en la aceptación de lo que pasó.





*El perdón rompe las cadenas
y te hace verdaderamente
libre*

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

¡Decídete hoy mismo a perdonar!

*"perdonar es el valor de los valientes.
solamente aquel que es bastante fuerte para perdonar una ofensa,
sabe amar"*

Gandhi

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

