Kalem ante
Yahn José Cobos
Denis mesa
Rosmery Gulri

MI VIDA Y MI EXPERIENCIA

Solo yo podré lograrlo nadie puede hacerlo por mí si no quiero, nadie lo hará por mí. Será que me lo merezco. Tengo tiempo para hacerme una limpieza interior.

- Toma una hoja blanca, piensa en una persona que te permita experimentar sentimientos de cariño, ternura, amor, amistad y alegría.
- Pero como todo proceso esa persona hace algo que no me gusta y peleo con ella, inténtalo, dile las cosas que se te ocurran, recuerda que estas molesta (o) con ella.
- En estos momentos eres una persona soberbia y te enojas mucho, pues la persona (hoja) ante tu enojo se queda callada y no te contesta, entonces tomas la determinación de hacerla reaccionar y arrugas la hoja, la vuelves una bolita y expresa todo tu sentimiento de rabia y dolor con la hoja.
- Ha pasado unos minutos y estas meditando en lo que hiciste, y miras la hoja como quedó, que le sucedió, Piensa y ponte en su lugar. Si la hoja tuviera sentimientos como se sentiría, que pensaría de ella misma y que pensarías de ti? Intenta dejar la hoja en el mismo estado en que la encontraste.

  - ✓ ¿Qué pasó con la hoja? - ¿Volvió a ser la misma hoja?
  - ✓ ¿Y si la hoja le pasó lo que le pasó que pasaría con la persona?
  - ✓ ¿A que experiencia de nuestra vida se parece esta situación?
  - ✓ ¿Será que el perdón de los hombres puede ser igual o semejante al de Dios?
  - ✓ ¿Una persona puede quedar igual después de una experiencia como esta?

✓ Se arruga - no volvió ser lo mismo
✓ la persona se pone triste, amargado, desconsolado
✓ se parece cuando tenemos discusiones con pareja - hermanos, hijos - familia
✓ el perdón de los hombres nunca será igual al de Dios porque Dios es el único que nos perdona el hombre guarda resentido. perdona pero no olvida.

Sept - 2024