



Familia

Sanando mis relaciones familiares a través del perdón

No sabía que significaba la palabra perdón hasta que la integré a mi vida con pura práctica.

Antes me podrías conocer como una persona con una profunda dificultad para estar en familia, compartir y disfrutar de ese vínculo tan importante, estaba llena de amargura porque creía que ellos, mi familia, son los que tenían que hacer demostraciones y actos de amor para sentir que era querida. Por mucho tiempo guardé un dolor y rabia inconsciente hacia mi padre por haber muerto estando yo tan pequeña, sentía decepción porque mi madre era muy sensible y permisiva con algunas circunstancias en su vida, la cual para mí, no le hacían bien. Pero todo esto desapareció una vez que entendí, porque mis padres eran como eran y hacían lo que podían con lo que sabían. Empecé a darle reconocimiento a sus puntos más fuertes, empecé a reconocerlos en mí, le di valor a lo que ellos eran y me enseñaron. Empecé a practicar el perdón no sólo con el rol que ellos desempeñaban en mi vida y todas las creencias limitantes que me transmitieron inconscientemente, sino, que empecé a practicar el perdón a mí misma, a sanar esa niña herida que había dentro de mí, queriéndola y protegiéndola. Practicar el perdón es sencillamente darte el permiso de dejar ir memorias dolorosas de tu pasado y empezar a sanar tus heridas. Una vez que integré poco a poco esto a mi vida, mis relaciones familiares empezaron a ser distintas. Empezaron a fluir. ¿Cómo lo sé? Bueno, aunque mis padres no están físicamente ya no me duele ningún recuerdo y por ende mi vida amorosa empezó a fluir. Mi relación con mis hermanos poco a poco fue siendo más cercana, a pesar de la distancia, aun cuando vivo en otro país, puedo sentir su cariño y lealtad.

En fin, practicar el perdón sana memorias negativas, sana tu corazón y espíritu. Ahora entiendo que los lazos que te unen a esos seres, serán eternos y yo soy la única que puedo decidir cómo mantenerlos, apreciarlos y darle el puesto que merecen en mi vida.