

TENDENCIAS

El mensaje viral de fin de año: «Lo mejor que puedes hacer en tu vida es perdonar y olvidar»

El Ciudadano · 24 de diciembre de 2015





«El perdón es uno de los temas más controversiales para la mayoría de las personas. Hay quienes creen que es la única manera de soltar lo que nos ata al pasado. Otros piensan que no se puede perdonar a quien nos ha hecho demasiado daño. Y otros tantos creen que perdonar es fácil y lo verdaderamente complicado es olvidar. Lo cierto es que perdonar y olvidar son dos cosas muy difíciles de hacer, y sólo los valientes pueden lograrlo.

Para poder perdonar, primero hay que entender que quien nos dañó no es mejor persona que nosotros, y que otorgarle nuestro perdón no nos hace más débiles. Cuando una persona nos lastima solemos guardarle rencor, coraje, odio y más sentimientos negativos que sólo envenenan nuestra alma. Es como cargar un costal de piedras, mientras la otra persona va por la vida como si nada. Cuando perdonamos, nos liberamos y nos quitamos ese peso de encima.

Si perdonas y olvidas te darás cuenta de que las cosas dejarán de doler. Además, eliminarás de tu vida a esas personas que sólo te contaminan. ¡Sé valiente! Perdona. Cuando alguien te pida perdón, dáselo. Puede que te parezca muy difícil, pero aún así oblígate a hacerlo. Por más dolor que te hayan causado, libérate. Cuando lo hagas, te aseguro que te sentirás mucho más ligera, tranquila y feliz.

Si una persona te lastimó y no tuvo el valor para pedirte perdón, de todos modos perdona, pero sobre todo, olvida. Por mucho que se te dificulte, obliga a tu mente a no recordar las cosas que te han hecho tanto daño. No vale la pena gastar tu tiempo recordando cosas que sólo te harán sufrir. Tú eres fuerte y tienes la suficiente madurez para perdonar. Eso sólo demostrará el gran valor y respeto que le tienes a tu persona.

La clave para vivir feliz y en paz es perdonar y olvidar. Desechar de tu vida los malos recuerdos. Hacer más ligera la carga que llevas en tus hombros. Alzar la mirada y enfocarte en lo que está adelante. Voltar hacia atrás no sirve de nada.

Vivir con una herida en el alma no te hará bien, pero tampoco le hará mal a la persona que te dañó. Vivir lastimada sólo hará que tu vida se contamine de cosas negativas. Así que ten el coraje suficiente para perdonar, y esfuérzate por olvidar. En cualquier situación de la vida. A cualquier persona. Perdona, olvida y continúa tu camino sin mirar atrás. Sé feliz y disfruta lo que la vida tiene para ofrecerte cada día.»

Fuente: [Ok](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)