

# *Reflexiones, pensamientos e historias*

## **29 de marzo**

*Quien dice que está en la luz y aborrece a su hermano, está aún en las tinieblas. Quien ama a su hermano permanece en la luz y no tropieza. Pero quien aborrece a su hermano está en las tinieblas, camina en las tinieblas, no sabe a dónde va, porque las tinieblas han cegado sus ojos.*

*1 Jn 2,9-11*

**E**l odio nos conduce a la amargura, a llenarnos la vida con cargas que poco a poco merman nuestra existencia. Imagina que las amarguras son piedras y que cada año aumentas la carga, al paso del tiempo, aunque parezca que adquiriste experiencia, el pasado te atormentará; si tienes 30 años o más, llevarás ya una carga tan pesada que nada te hará sentir alivio, porque las amarguras pesarán tu andar.

Debemos aprender a dejar en el pasado todo lo malo que nos haya sucedido. Debemos aprender a no cometer los mismos errores. Debemos aprender a no cargar con odio, rencor y otros vicios más, no hace más que provocarnos el no poder hacer nada bien ni a gusto.

Si sueltas todo y lo dejas en el pasado, te sentirás más libre y podrás desarrollar correctamente todo lo que te propongas, aprenderás a perdonar y a compartir.

No verás a los demás con ojos de envidia, ni estarás molesto de la nada. Por el contrario, estarás contento contigo mismo y con los demás, nada te enfurecerá y serás tolerante con lo que te hagan tus conocidos. Nunca cargues con problemas del pasado, sabes que afectarán en el presente y en el futuro, deja todas las cargas negativas donde deben estar y construye un nuevo tú.

*Libérate de todo lo que te daña y construye un  
mejor futuro.*

