



Perdonar sin una disculpa: Dejar Ir para Tu Propia Paz

por Ebony P. Taylor

- ¿Has vivido una situación en la que alguien te lastimó, que aún duele?
- ¿Qué tipo de emociones surgen al reflexionar sobre esa experiencia o al recordar el rostro de esa persona?
- ¿Te identificas con el deseo de recibir una disculpa de alguien que no está dispuesto a ofrecerla?

Preguntas adicionales:

- Piensa en personas de confianza en tu vida que estarían dispuestas a escucharte sin alimentar ese rencor. Llama a alguna de esas personas hoy para pasar tiempo juntos.
- Revisa tu historia. ¿Esto parece ser un patrón recurrente en tu vida? ¿Personas que te lastiman y no se disculpan? Si es así, reflexiona sobre todas esas situaciones y considera pedir ayuda a Dios para superar ese patrón de dolor.

Acércate a Dios:

- Pídele a Dios que intervenga en esas circunstancias con Su poder sanador.
- Pídele que derrame Su gracia sobre ti y tu corazón.
- Ora la oración que Ebony sugirió. Léela una y otra vez hasta que puedas permitir que la persona que te lastimó camine “libremente en el prado de tu mente”. Como dice Ebony, el perdón es un proceso. Sé compasivo contigo mismo mientras perdonas a otros. Tu corazón y tu mente encontrarán alivio a medida que sueltas más y más, entregándoselo a Dios para que Él se encargue.