



EL PODER DEL PERDÓN



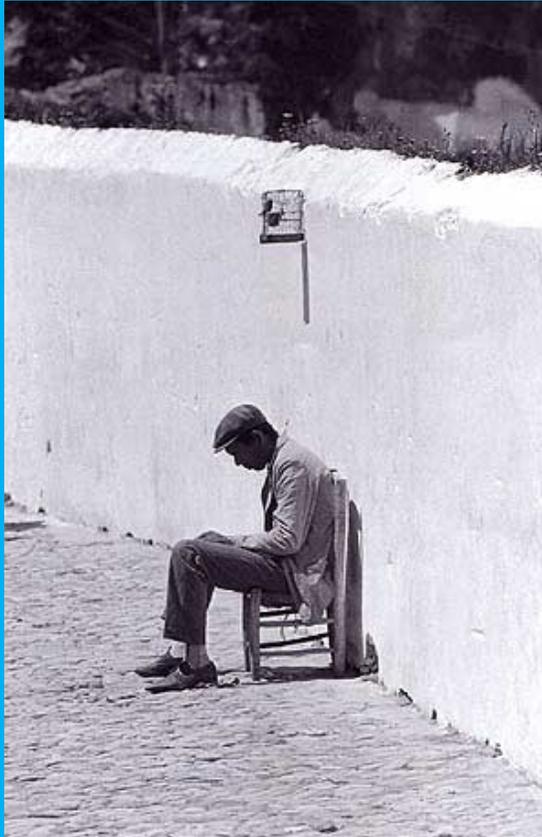
LAS 3 PUERTAS

**El perdón es
una expresión
de Amor.**

**El perdón libera de
ataduras que
amargan el alma y
enferman el cuerpo.**



¿QUÉ ES PERDONAR?



EL PERDÓN

Es un proceso personal, el proceso más importante para superarlo todo

Perdonar es liberar, es soltar, es parte de la Inteligencia Emocional



**El perdón no es olvido,
no es olvidar lo que nos
ocurrió.**

**No significa excusar o
justificar un
determinado evento o
mal comportamiento.**

**No es aceptar lo
ocurrido con
resignación.**

**No es negar el dolor,
no es minimizar los
eventos ocurridos.**

¿QUÉ SIENNTES?

¿Culpa?

¿Lástima?

¿Tristeza?

¿Rencor?

¿Miedo?

¿Inseguridad?

¿Soledad?

¿Compadecimiento?

¿Te sientes juzgada juzgado?

... ..

Creemos erradamente que el perdón debe conducirnos inexorablemente a la reconciliación con el agresor



Pensamos que perdonar es hacernos íntimos amigos de nuestro agresor y por tal motivo lo rechazamos.

**Para nada implica eso,
el perdón es
UNICAMENTE PARA
TI y para nadie más.**

**Nunca esperes que la
persona que nos
ofendió cambie o
modifique su
conducta pues existe
la probabilidad que
la persona no cambie.**



El perdón se basa en la aceptación de lo que pasó.



**La falta de perdón te ata a las personas desde el
resentimiento.**

Te mantiene encadenado.



BENEFICIOS DEL PERDÓN

Perdonar SANA mente y cuerpo

SANA el corazón

Fortalece TÚ espíritu

SANA la depresión

Ayuda a relacionarnos mejor

¡AYUDA A LIBERARNOS!

LOS 5 PASOS...

- 1. CONCIENCIA**
- 2. ME RESPONSABILIZO**
- 3. ME PERDONO**
- 4. ¿QUÉ PUEDO HACER?**
- 5. ME COMPROMETO**



**“PERDONA NO PORQUE
LA OTRA PERSONA
MEREZCA EL PERDÓN
SINO PORQUE TU
MERECEZ PAZ”**



SESIÓN DE SANACIÓN

**PERDÓNATE Y
APRENDE A
PERDONAR**

**Perdonar no es
olvidar, es
recordar SIN
que te duela!**

**“Con AMOR libero el
pasado. Ellos son libres y
yo también. Ahora está
todo bien en mi
corazón”**

Louise Hay