

”A través del espejo”

Cristal era una persona que empezaba a descubrir la vida y el mundo, tomaba clases de piano desde que tiene conciencia, su madre quien había fallecido por problemas de salud hace 5 años, le encantaba oír como tocaba el piano, por eso cada vez que cristal se sentaba a practicar los recuerdos invadían sus mente. En aquel momento vivía con su padre y su madrastra, una señora de aspecto agradable, ya que pretendía sobresalir con su belleza, por esta razón se la pasaba criticando a Cristal por su físico y su manera de vestir. Al pasar el tiempo Cristal había crecido y en su mente resonaban las críticas y comentarios, los cuales habían crecido con ella hasta llegar a sentir inseguridad en ella misma...

Un día Cristal jugando en el patio de su casa encontró un espejo en la tierra, muy curiosa lo limpió y lo llevó a su habitación para que la adornara, esa noche Cristal observa su espejo y le dice: -¡Que lindo estas!-, ella escucha que le responden -Muchas gracias, tú también-; ella quedó confundida por la voz que escuchó, pero decidió ir a dormir sin pensar en eso. Al pasar los días Cristal notó que el espejo necesitaba ser pintado, pues se veía algo desgastado, consigue pintura y comienza a restaurarlo.

Al terminar nota que el espejo da un destello y se ilumina por completo y dice: -¡Es mágico!-. El espejo comienza hablarle y dice: -Gracias por pintarme, cuidarme y no botarme-, ella se sorprende. Cuando ella ve esto, le dice al espejo: -¿Cómo es que puedes hablarme?-, El espejo le responde: -Solo debes entender que soy parte de ti, ¿Has pensado en repararte, en pensar quién eres y no en cómo te definen los demás?

Lo digo por tu madrastra-, Cristal le responde: - No sé como hacerlo, no he hallado el valor que hay en mi-. El espejo le responde: -Querida Cristal, el valor está en una simple pregunta que te dejaré para que la respondas, sin nadie que te mire, juzgue u opine ¿Quién eres? Si no hay nadie cerca a quien obedecer, nadie que te esté aplaudiéndote ¿Quién eres?. Por eso querida Cristal la persona que tú añidas sin comparaciones ni condicionamientos, sin cambiar nada, sin mejorar nada, así, tal y como eres, idea, sentimiento y acción ¿Cómo crees que eres?.



Debes Recordar

El día de hoy le recomendamos hacer las siguientes actividades

ACTIVIDAD 1

Hoy en tu casa mírate al espejo y menciona todas esas cosas que te agradan ver en ti misma/o

ACTIVIDAD 2

Hoy tómate el tiempo de elegir un vestimenta que te haga sentir feliz y especial contigo mismo.

ACTIVIDAD 3

Reconoce y valora tus logros obtenidos el día de hoy y escríbelos.

ACTIVIDAD 4

Escribe en una hoja los pensamientos negativos que tuviste hoy y cámbialos por pensamientos positivos.