

Experiencias que transforman



MARZO 2021

Comprende, perdona, denuncia, restaura.



*Alégrate
y confía*



No es fácil comprender los pensamientos, las experiencias, las emociones y las repercusiones en la vida, tanto de un agresor como de una víctima de la violencia, para poder ayudarles.

Es difícil, además, inspirar y ganarse su confianza. El primer paso es escuchar, dar ese primer paso compasivo, desinteresado, que involucra e implica un esfuerzo.



COMPRENDER, ESCUCHAR



**Escuchar, para ponernos en el lugar del otro,
conocer su angustia y emociones.**

**Abrirse para comprender, sin encasillar ni juzgar, para poder
acompañar, animar, fortalecer y solidararse
con las víctimas de la violencia.**



La escucha sana a la víctima y nos sana también a nosotros del egoísmo, de la indiferencia, de la distancia del «no me corresponde».





Tener la valentía, la decisión, el esfuerzo para cambiar lo que se tiene que cambiar para evitar que se repita cualquier tipo de agresión violenta, pero con esperanza y una gran confianza.



¡Qué difícil es perdonar!

Entendemos que hay que perdonar, lo decimos todos los días en el Padre Nuestro, sin embargo no es fácil, pero sin perdonar no se avanza.

Perdonar a quienes quieren destruirme, perjudicarme, abusar de mí... es verdaderamente difícil de entender y de vivir.





01

Buscar siempre el camino para la reconciliación y el perdón.

PERDONAR SIEMPRE

02

Mirar adelante con esperanza.



03

Ver cada día como una nueva oportunidad para crecer en el amor.



Quien haya experimentado la alegría y la paz que viene al ser perdonado puede abrirse a la posibilidad de perdonar.

La meta: Ser misericordioso, lento para enojarse, no buscar venganza ni dejar que el rencor y la ira impidan vivir el amor.



**Si te retienen, insultan, atacan, pegan o amenazan,
no te confundas, eso no es amor.**



**Es un abuso
y hay que
tener la
valentía
para hacer
la denuncia.**



DENUNCIA



**El ignorar,
guardar
silencio ante
cualquier tipo
de maltrato es
nefasto.**

**Es importante atreverse, ser valiente
y denunciar al agresor.**



no seas

cómplice

**Si eres testigo de una agresión y no la denuncias,
te conviertes en cómplice del agresor.**

**Hay que buscar siempre la justicia,
objetivamente, sin prejuicios ni deseos
de venganza o de dañar a otra persona.**

DENUNCIA



¡Tomar la decisión! Frenar la violencia necesita la decisión de todos y de cada uno para hacer lo que nos toca de manera creativa y generosa.



Quejarse,
lamentarse,
sentir lástima y
no hacer nada,
no cambia la
situación.





**Tener
compasión
es una
decisión.**

Es necesario remover las actitudes y acciones violentas en la vida cotidiana, en la familia, en el entorno y buscar los medios para restaurar la dignidad de las víctimas de la violencia.



**Quien tiene compasión lucha por RESTAURAR,
acompañar, ayudar a las víctimas.**



**Restaurar las malas
acciones con buenas
acciones,
sin lamentaciones
que no llevan a
nada bueno.**



PARA VIVIR LO COMENTADO... REFLEXIONEN EN COMUNIDAD



*"Sed más bien buenos entre vosotros,
entrañables, perdonándoos mutuamente
como os perdonó Dios en Cristo."*

(Efesios 4, 32)





*Comprender,
escuchar, perdonar
siempre, denunciar
y restaurar.*

**¿Cómo promoverlo en la familia?
¿En la comunidad?**

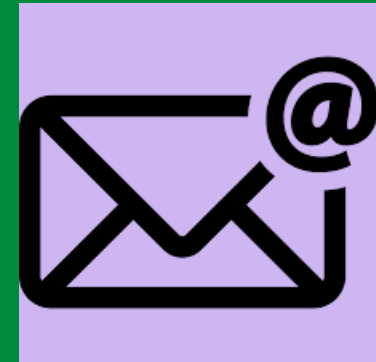




¿Qué propones?

Comunícate

www.cefasmx.org



info@cefasmx.org



81- 8368 - 0037