

TALLER

ENDULZAR LA VIDA: LA TRILOGÍA

TEMA

Memoria del pasado reciente, Reconciliación y Perdón

DIRIGIDO A

Maestros y maestras

OBJETIVO

Promover la expresión de mensajes para el perdón y la reconciliación

JUSTIFICACIÓN

Esta propuesta aporta una didáctica que facilita la comprensión de la relación entre Memoria del Pasado reciente, Perdón y Reconciliación. Se denomina endulzando la vida porque se trata de evocar el sabor dulce que nos recuerdan los momentos de tranquilidad, armonía y amor. También se denomina la trilogía porque Memoria del Pasado reciente, reconciliación y perdón configuran una triada necesaria para la construcción de paz y cultura de paz. Estos tres elementos están interconectados y se necesitan mutuamente

PROPUESTA DE MEDIACIÓN

(narrativa escrita)

TEXTO-GUIÓN:

Endulzar es una práctica ancestral que consiste en agregar miel o azúcar para mejorar el sabor de las comidas. Con la metáfora "Endulzar la vida" queremos generar una experiencia que posibilite la reflexión sobre la necesidad de hacer llevadera la existencia, sin negar el dolor sino transmutándolo en aceptación, perdón y reconciliación. Aceptar lo ocurrido es necesario para continuar viviendo. Aceptar lo ocurrido no es justificar. Aceptar es comprender la necesidad de conjurar el daño sufrido impidiendo su excesiva prolongación en el tiempo a través de la venganza y el odio. Esta transmutación es posible cuando ayudamos a otros, cuando abrimos nuestra escucha al dolor de otros y transmitimos afecto, comprensión y solidaridad. Estas emociones permiten abrirnos a experiencias de perdón y de reconciliación especialmente con nosotros mismos. Para endulzar la vida es necesario salir de la cárcel del pasado, esto es aceptar que lo que pasó ya pasó, no es presente y que estamos aquí y ahora viviendo y compartiendo con otros por ello podemos verlo a la distancia y hablar de lo ocurrido.

A partir del texto anterior, vas a recordar una experiencia de daño que te ocurrió o que alguien te contó, luego de recordarla vas a Endulzar esa vida escribiendo un mensaje de máximo 40 palabras lleno de afecto, comprensión y solidaridad, a través del mensaje promovemos la aceptación y el perdón. A continuación, encontrarás algunos ejemplos:

Ejemplo Mensaje 1: Lo ocurrido generó un impacto importante en tu vida. Hoy te invito a que pienses en lo que tienes en el presente, lo vivido con las personas que te acompañan y te han ayudado a caminar.

Ejemplo Mensaje 2: Permite la posibilidad de abrazar tu dolor y reconciliarte con él, es uno de los primeros pasos para conocer el perdón.

Ejemplo Mensaje 3: Una apertura a la escucha y comprensión. Deseo que te brindes el espacio para sentir y sanar.

En la parte inferior derecha se encuentra la opción de cuadro de texto para que insertes tu mensaje.

PROPUESTA DE ILUSTRACIÓN:

Imagen donde se está contando un secreto al oído

Desde el micrófono puedes compartir sus respuestas a través de un clip de voz.

Lo ocurrido generó un impacto importante en tu vida. Hoy te invito a que pienses en lo que tienes en el presente, lo vivido con las personas que te acompañan y te han ayudado a caminar.

Permite la posibilidad de abrazar tu dolor y reconciliarte con él, es uno de los primeros pasos para conocer el perdón.

Una apertura a la escucha y comprensión. Deseo que te brindes el espacio para sentir y sanar.

