

CUENTOS Y METAFORAS



DANZA CON LOBOS

Un viejo indio Cherokee de melena plateada se encontraba junto a la fogata enseñando a sus nietos sobre la vida. Les dice: “hay una pelea dentro de mí, una terrible pelea, y es una pelea entre dos lobos. Un lobo representa miedo, codicia, odio, ira, envidia, falso orgullo, autocompasión, resentimiento, culpa, inferioridad, arrogancia, superioridad, y egoísmo”

“en cambio el otro lobo pelea por la paz, amor, cariño, verdad, compasión, humildad, transparencia, autenticidad, amistad, respeto, integridad, benevolencia, generosidad, fe, compartir, serenidad, y la empatía.”

“La misma pelea está dentro de ti, y en cada persona también.”

Los niños piensan esto por un momento, luego una pequeña niña le pregunta al abuelo.

“¿Qué lobo va a ganar?”

*El anciano se quedó en silencio por un tiempo. Luego simplemente dijo,
“el que tu decidas alimentar”.*

Cuentos tradicionales Americanos.

Fuente: Eleonora Gilbert

Reflexión:

¿ A qué lobo dentro de ti alimentas con tus pensamientos?

*Si quieres fortalecer a ese lobo que pelea por paz, amor, cariño, verdad, compasión, humildad, transparencia, autenticidad, amistad, respeto, etc. una buena forma de hacerlo es pensar en todos esos **momentos felices** que has tenido, esos momentos alegres, trae a tu mente los primeros recuerdos lindos hasta los más recientes. Y observa que pasa en ti...*