



SOBRELLEVAR EL DOLOR DURANTE EL COVID-19

TU VACUNA TE ESPERA.

@ELSOLNEC
f i t yu
ELSOLNEC.ORG



QUIERO AGRADECERLES POR ESTAR AQUÍ. SE QUE TODOS ESTÁN VIVIENDO UNA SITUACIÓN DIFÍCIL.

HA SIDO UN AÑO MUY DIFÍCIL, MI ESPOSO Y YO PERDIMOS A NUESTRO HIJO.



PUEDO IMAGINAR LO DIFÍCIL QUE PUEDE SER PARA TODOS NOSOTROS. HAY MUCHAS FORMAS EN QUE LAS PERSONAS PUEDEN AYUDARSE ENTRE SÍ, UNA DE ELLAS ES UN ABRAZO.

NO CREO QUE ES JUSTO LO QUE PASÓ.



CUANDO LA VIDA NOS ENFRENTA A SITUACIONES DE PÉRDIDA, Y QUIZAS EN ESE MOMENTO NO ENTENDAMOS PORQUÉ. PERO YO SE QUE AUN CUANDO NO ENCONTRAMOS RESPUESTA, TENEMOS LA RESPONSABILIDAD DE CUIDARNOS Y AMARNOS EL TIEMPO QUE NOS TOCA COMPARTIR EN ESTE MUNDO. Y SIN EMBARGO, SI APRENDEMOS A ABRAZARNOS PODEMOS ENTENDER QUE A PESAR DE ESTE DOLOR, TAMBIÉN HAY UNA ESPERANZA.

LA VERDAD ES QUE NECESITO UN ABRAZO EN ESTE MOMENTO, SIN EMBARGO TENGO MUCHO MIEDO POR LA PANDEMIA Y DE TRANSMITIR EL VIRUS A OTROS.



SOBRELLEVAR EL DOLOR DURANTE EL COVID-19

TU VACUNA TE ESPERA.

@ELSOLNEC
f i t y t
ELSOLNEC.ORG



ME GUSTARIA EXPLICARLES QUE HAY DIFERENTES MANERAS DE ABRAZAR A LAS PERSONAS. UNA DE ELLAS ES APAPACHAR, QUE VIENE DEL IDIOMA NAHUATL Y SIGNIFICA "ABRAZAR CON EL ALMA."

POR FAVOR VEA A ESTA PAREJA QUE ACABA DE PERDER A SU HIJO, AHORA CIERRE LOS OJOS Y ABRÁCELOS CON SU CORAZÓN Y ALMA; DICIÉNDOLES QUE LO SENTIMOS MUCHO, QUE LOS AMAMOS MUCHO Y QUE ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDARLOS. USTEDES PAREJA, CIERREN LOS OJOS Y SIENTA ESE ABRAZO, NO FÍSICAMENTE SINO, DENTRO DE SU CORAZÓN. AHÍ ES, DONDE SIGNIFICA MÁS.

VOZ QUEBRADA
GRACIAS, DESDE QUE PERDÍ A MI HIJO, NO ME HABÍA SENTIDO TAN RECONFORTADO COMO EN ESTE MOMENTO.



DE VERDAD, MUCHAS GRACIAS DE TODO CORAZÓN. NUNCA ME DI CUENTA DE LA IMPORTANCIA DE ESTAR CON PERSONAS QUE PUEDAN ENTENDER COMO ME ESTOY SINTIENDO.



ESTO HA SIDO UNA SESIÓN IMPORTANTE PORQUE NOS DAMOS CUENTA QUE PODEMOS UNIRNOS Y APOYARNOS UNOS A OTROS Y ESO DE ALGUNA MANERA NOS HACE SENTIR MÁS PROTEGIDOS Y CONFORTADOS. BUSQUEMOS LA AYUDA CON PERSONAS QUE NOS AMEN, PERSONAS CON LAS QUE NOS SENTIMOS CÓMODAS, Y MÁS QUE NADA, AYUDA PROFESIONAL CUANDO LA NECESITEMOS.

