

LA SERENIDAD

¡Qué hermosa cualidad es la serenidad! Ella permite mantener la calma y dominar nuestros impulsos negativos, ante cualquier situación difícil que se nos pudiera presentar.

Con sosiego es fácil pensar en forma inteligente y encontrar soluciones adecuadas al problema surgido. Contrariamente, aquel que pierde la serenidad se ofusca, se impacienta, se enfurece y comete grandes desmanes que le pueden causar serias dificultades en el presente y futuro.

Antes de que la ira sea tan intensa, respire lenta y profundamente varias veces. Esto le hará calmarse y ver las cosas desde un punto de vista racional.

La serenidad no es de cobardía; es una expresión de inteligencia y equilibrio emocional.

La paciencia es un árbol de raíces amargas, pero de frutos muy dulces.

ACTIVIDADES.

Contesta las siguientes preguntas:

¿Qué permite la serenidad?	
¿Qué se hace fácil con sosiego?	
¿Qué le sucede al que pierde la serenidad	
¿Qué comete el que pierde la serenidad?	
¿Qué se debe hacer antes de que la ira sea tan intensa?	
¿Expresión de qué es la serenidad?	
¿Cuál es el mensaje de esta lectura?	
Escribe de qué se trata la lectura.	