

1 Temporada

#YoHace4Años #MiReflejoMeDice #ColombiaDiceLaVerdadPara #MiCuentoChimbo #AceptoQue #AColombiaLeDigo #NoMeAcostumbro #ColombiaEsMásQue #YoSumo #SiPeroNo #SoyCapazDe #Verdades 2020.

-  **Carol Ann Figueroa Ru...** · 04 oct. 20
#YoHace4años salí a la calle y les juro que sentí como la densidad del aire. Y el silencio del triunfo del no. Les juro que sentí físicamente que me rodeaba la tristeza.
2 7 71
-  **Laura Vanesa** @don... · 04 oct. 20
#YoHace4Años estaba completamente violentada y dominada por mi ex pareja. Gracias al feminismo sobreviví.
6 13 157
[Mostrar este hilo](#)
-  **La Julieta** @LaJulietaMM · 04 oct. 20
#YoHace4Años recibía junto a familiares y amigos campesinos con gran dolor en el corazón la noticia sobre el plebiscito, no entendíamos como personas que nunca vivieron en carne propia el horror de la guerra decidieron por los que llevan esta
-  **María Isabel Zapata** @... · 25 oct. 20
#MiCuentoChimbo fue que llenaron de miedo a un país diciendoles que si ellos no ganaban seríamos como Venezuela, y ahora vamos en ese camino
2 11 67
-  **Nomellamo** @Nomella... · 25 oct. 20
#MiCuentoChimbo durante muchos años fue que la guerra solo se gana con las armas.
1 5 24
-  **Lucecita** @KaixoLaguna · 25 oct. 20
No es #Micuentochimbo pero me asusta mucho: "Los colombianos de bien"
-  **Gustavo Montenegro** @... · 20 dic. 20
Ser parte del equipo de @frenteal_espejo uno de mis mayores desafíos profesionales.
Investigar el conflicto duele, no saben cuánto. Conocer todas las caras y todas las monedas a veces estremece el propósito comunicativo.
[#Verdades2020](#)
-  **mafevi** @mayidvilla · 11 oct. 20
@frenteal_espejo #MiReflejoMeDice que buscar la verdad nos pone en el papel necesario de "incomodar" al poderoso que quiere seguir sosteniendo su discurso bélico y hegemónico.
#FrenteAlEspejo @ComisionVerdadC
4 5
-  **Gustavo Montenegro** @... · 11 oct. 20
#mireflejomedice que debemos asumir la verdad y sus condiciones
@frenteal_espejo
3 4
-  **Andrés Hoyos V** @ANDR... · 11 oct. 20
#MiReflejoMeDice Que existe una verdad que no es la que nos han mostrado por tantos años, y que @frenteal_espejo nos la está mostrando capítulo a capítulo.
-  **Ricardo Corredor C** @ric... · 18 oct. 20
#ColombiaDiceLaVerdadPara superar nuestra historia de conflicto. No estamos condenados a la violencia!!
4 6
-  **Las Malas y #LaChiki** @... · 19 oct. 20
#ColombiaDiceLaVerdadPara que se esclarezca la verdad sobre las vulneraciones que han sufrido los #PueblosIndigenas en el conflicto armado de y se establezcan las medidas diferenciales de reparación y no repetición. #MingaIndigena #Minga #Fuerza #CRIC # @RadNalCo @ComisionVerdadC
-  **Jaz Hurtado** @Jazhur... · 08 nov. 20
#AColombiaLeDigo que ojalá la gente dejara tanta polarización y odio en las redes sociales.
2 5
-  **Carol Ann Figueroa Ru...** · 08 nov. 20
#AColombiaLeDigo No dejes que nadie ma' nunca te diga "¿De qué me hablas viejo?"
4 26
-  **Carol Ann Figueroa Ru...** · 08 nov. 20
#AColombiaLeDigo No quiero soñar mil veces las mismas cosas...
-  **AFTV** @AFTVart · 1d
En respuesta a @Jeff_Ace4Ace
Digo que un Argentino porque pone muchos conocimientos de países a su alrededor. **Colombia es mas que merca**, somos guerrillos, zurdos, y nos creemos campeones de copas fantasma. 🙌
32 1.237
-  **Carlos Eduardo Caicedo B...** · 1d
Eso no se hace.... **Colombia es mas que** ese grupo de desadaptados, ofende también a, muchos colombianos con linaje judío
cdn.jwplayer.com/previews/cmmZR...
-  **ALFREDO LEON** @arquialeon · 2d
Da berraquera solo leer la polarización Petristas y Uribistas extremos que acaban con la democracia, la gente se cansa de lo mismo y no podemos caer en el error de tomar partido, delincuencia y corruptos pescan del el caos. **Colombia es más que** eso, reaccionemos a tiempo.
7
-  **Johana Rodríguez** @Sin... · 20 dic. 20
#Verdades2020 lo útil que ha sido @frenteal_espejo para escuchar la verdad de las víctimas del conflicto.
4 10
-  **Maria De Los Angeles...** · 20 dic. 20
#Verdades2020 una gran verdad es el esfuerzo de las víctimas por lograr la reconciliación @frenteal_espejo
3 5
-  **Liz ospina** @Lizospina7 · 20 dic. 20
Una de las mejores #Verdades2020 es el hecho de poder reconocer lo que sucede en este país, analizar nuestra realidad sin filtros y lograr esto ya es un gran paso en el largo camino que falta por recorrer
3 8
-  **Silvia Durán Casas** @sd... · 20 dic. 20
#verdades2020 @frenteal_espejo encanta.

2 Temporada

#ConQueCara #UnRetoDeVerdad #QueNoSeNosOlvide
#CrecerEnColombiaEs #NoEstamosCondenados #QuieroSaber
#LaPreguntaDelMillón #SaltoDeFe #EsDeValientes #VivirSinMiedo
#LaMentiraMásPesada #ComoFuePosible.



Oscar Montero @Oscar_... · 22 mar. 21

#CrecerEnColombiaEs vivir en ésta zozobra

👉 Basta del Genocidio Indígena en Colombia @ONIC_Colombia @FelicianoValen @Indepaz @ACIN_Cauca @CRIC_Cauca @ONUHumanRights @PremioNaLDDHH @PAXenColombia @NarradoresPaz @asociacionminga @CODHESColombia @MinInterior @FranciaMarquezM



Norey Maku Quigua @N... · 22 mar. 21

#CrecerEnColombiaEs que aún bajo la constante amenaza de reclutamiento forzado, la madre naturaleza nos regala colores de vida en el territorio ancestral #Arhuaco. Desde la Sierra Nevada de Santa Marta seguiremos #LuchandoFuerte.



Comisión de la Verdad y 5 más

2 22 96



Santiago Alarcón U @S... · 21 mar. 21

#CrecerEnColombiaEs Difícil, algunos No lo logran. Los reclutan, los Matan.

17 199 1,161



🌟 @__LaraJean · 21 mar. 21

Muchas veces #CrecerEnColombiaEs no saber por lo que pasan los demás, estar en una burbuja sin saber lo que es violencia, armas, conflictos, reclutamiento forzado, muerte...

11 57



Carol Ann Figueroa Ru... · 09 may. 21

La violencia ejercida por la policía y el ESMAD es equiparable a la violencia ejercida por los vándalos.

#LaMentiraMásPesada

2 19



Carol Ann Figueroa Ru... · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada

Ivan Duque es el presidente. Pesada en todo sentido.

1 1 3



Mariana Perea @mari_j... · 09 may. 21

#LaMentiraMasPesada es que los paramilitares se desmovilizaron.

3 11 54



Johana Rodríguez @Si... · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada, la que se tapan los que piensan que tapando los ojos se tapan también los muertos



kike 1603 @RCA301 · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada decir que en Colombia hay democracia cuando el gobierno se apoderó de todos los entes de control y las altas cortes

4 6



JOKERROCH @jockerfar · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada Caracol y RCN

1 2



K S @stefanyamadorr · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada es que estamos en un "Estado Social de Derecho"

1 2



Julián Martínez @JuMa... · 09 may. 21

#LaMentiraMásPesada es la economía naranja de @IvanDuque

3 Temporada

#ElGiroQueFaltaEs #FrenteAlEspejoReconozco #QueNoSeRepita
#FaltaHablarDe #MetimosLaPata #ColombiaTieneCura
#ColombiaEn10Años #LoQueSeViene
#LosColombianosQueNosReflejan #YoConfieso.

Nomellamo @Nomellam... · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs que los que no salen en la televisión, pero@que la ven en sus casas también reconozcan el daño que nos hizo la violencia proveniente de distintos lados. Que son muchos los malos, como dijo Alape @frenteal_espejo

La Rola @Ajisosa · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs hacia los territorios abandonados históricamente por el estado.

Liz ospina @Lizospina7 · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs comprender que si nos dividen sobre nosotros reinarán...

Jhon Jaiver López @jaiv... · 20 sep. 21 :
En respuesta a @ComisionVerdadC
#ElGiroQueFaltaEs que se acabe la impunidad, que la gente le tenga miedo a infringir la ley y que se aplique igual para todos sin importar la plata o el est. social. #ElProblemaEsLalmpunidad

Liz ospina @Lizospina7 · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs ponernos en la piel de las víctimas, escuchar su verdad, y comenzar a repetirla para llegar a la no repetición hasta que la dignidad se nos haga costumbre

Gustavo Montenegro @... · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs el de la cabeza dispuesta a mirar más allá de la realidad personal. @frenteal_espejo

Luis Carlos Urrutia @Lui... · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs escuchar, con el norte de que todos somos diferentes y de que tenemos el mismo derecho a opinar.

Carol Ann Figueroa Rue... · 19 sep. 21 :
#ElGiroQueFaltaEs darnos cuenta que en el conflicto colombiano no hubo (hay) un solo malo.
Que son muchos malos.

Como acaba de decir Pastor Alape (firmante de paz de la FARC) en @frenteal_espejo

Valentina López @Valen... · 14 oct. 22 :
#FrenteAlEspejoReconozco Nunca imagine que existían tantas etnias indígenas en mi país

Luis Carlos Urrutia @Lui... · 26 sep. 21 :
#FrenteAlEspejoReconozco que a veces me venzo ante la dureza de nuestra realidad y que pierdo la fe sobre el futuro de Colombia.

Valentina López @Valen... · 14 oct. 22 :
#FrenteAlEspejoReconozco pensé que l@s víctimas del conflicto armado eran 6 o 10 pueblos indígenas y nada más

kalvo @mejia_neyder · 26 sep. 21 :
#FrenteAlEspejoReconozco que viví engañado por un tiempo viendo NT y creer que era un noticiero neutral

La Rola @Ajisosa · 24 oct. 21 :
#ColombiaTieneCura y la vamos a encontrar mirando de cerca la herida, reconociendo la enfermedad.

G.P. @reisende1 · 24 oct. 21 :
#ColombiaTieneCura si como ciudadanos fomentamos el reencuentro en nuestras familias alrededor como por ejemplo de estos espacios promovidos por La Comisión de la Verdad-Frente al Espejo para escucharnos sobre nuestro pensar y sentir y así comprender nuestra corresponsabilidad

Flama @Auric_Flame · 25 oct. 21 :
Lo que nos dejó la semana anterior, que todo el mundo puede caer, otoniel, ibarguen, la ley de garantías. Cuidado porque usted también puede caer.
#seestadestapandolaolla
#ColombiaTieneCura

Carol Ann Figueroa Rueda · 17 oct. 21 :
#MetimosLaPata cuando dejamos que la muerte de menores de edad se justificara solo porque eran parte de grupos armados.

N I C O L A S @NicolasLR · 01 nov. 21 :
Al paso que vamos, en 10 años vamos a volver a ser la gran Colombia, o por lo menos una parte de ella.

#ColombiaEn10Años

Santiago Alarcón U... · 31 oct. 21 :
¿Y ustedes cómo se imaginan a colombia en 10 años ?
#ColombiaEn10Años
@frenteal_espejo

Luis Carlos Urrutia @Lui... · 31 oct. 21 :
Si #ColombiaEn10Años no ha cambiado la guerra por la paz, será inviable.

Paula Arenas @paularec... · 31 oct. 21 :
#ColombiaEn10Años puede ser el vividero más sabroso del planeta
#SiNosDejan

Nomellamo @Nomellam... · 24 oct. 21 :
#ColombiaTieneCura pero ya, no dejemos que se pierda la inercia del proceso de paz!!! @frenteal_espejo

Luis Carlos Urrutia @Lui... · 24 oct. 21 :
#ColombiaTieneCura porque la verdad es el camino para construir el perdón.

Hypatia @Hypatia48115... · 24 oct. 21 :
#ColombiaTieneCura? Quiero soñarlo pero la realidad puede ser muy enferma

Esteban Morales Herrera · 14 nov. 21 :
#LosColombianosQueNosReflejan son las más de nueve millones de víctimas de esta tragedia del conflicto armado. Absolutamente nada de este horror que sucedió debió sucedernos como país. Algunas de ellas nos dan su luz cuando han sido capaz de perdonar
@ComisionVerdadC

Carol Ann Figueroa Rue... · 14 nov. 21 :
#LosColombianosQueNosReflejan son los que hacen periodismo investigativo de calidad y le cuentan al mundo lo que ha sucedido en Colombia.

4 Temporada

**##UnaInfanciaEnLaGuerraEs #AlExiliadoLeDigo #UnPaisQueEscucha
#ColombiaEtnicaEs #SerMujerEnLaGuerraEs
#UnImpactoDelConflictoEs #CultivoLaPazCuando #UnaPazGrandeEs.**

AvatarGongoSu @RasTav... · 17 jul. 22 ·
#UnaInfanciaEnLaGuerraEs que todos crezcan con miedo. ¡Qué chimba mi país!

Stephanie Cubides @Ste... · 17 jul. 22 ·
#UnaInfanciaEnLaGuerraEs lo que viven día a día niños y niñas en las calles, en los barrios, en sus propias casas, en la ruralidad. No es historia, es el presente y depende de todos hacer que sea diferente en la calle, en el barrio, en la casa, en el salón, en la ruralidad

Sara GuerreroB @SaraGu... · 17 jul. 22 ·
#UnaInfanciaEnLaGuerraEs perderla, pues de acuerdo a la CEV en Colombia "al menos 3 generaciones de infancias colombianas se perdieron por culpa de la violencia".

Carol Ann Figueroa Rueda · 17 jul. 22 ·
#UnaInfanciaEnLaGuerraEs una experiencia brutal.

En lugar de recuerdos de juego, recuerdos del asesinato de alguien... Y a eso el desamparo de que nadie te ayude a procesar eso... Y a eso el estigma de pertenecer a una comunidad violenta.

Brutal.

@frenteal_espejo

Christopher Robin @Crist... · 24 jul. 22 ·
#AlExiliadoLeDigo que este pedacito de tierra nunca los ha dejado de amar.

Ana Hernández @mache... · 25 jul. 22 ·
#AlExiliadoLeDigo ojalá que cuando vuelvas, encuentres un país lleno de paz.

Luis Carlos Urrutia @Lui... · 24 jul. 22 ·
#AlExiliadoLeDigo que así como un país le abrió la opción de vivir, espero que Colombia le dé la posibilidad de volver, si así lo quiere. Pero no a cualquier costo: sin negociar los principios, y con la tranquilidad de mirar a través de los ojos de la verdad.
#FrenteAlEspejo

Camila. @cl1011_ · 31 jul. 22 ·
#UnPaisQueEscucha es un país que le otorga DIGNIDAD a las víctimas, otorga la no repetición y reparación !! Otorga la paz que nunca hemos tenido.

jennyzu @jennyzapata9 · 01 ago. 22 ·
En respuesta a @ComisionVerdadC
#UnPaisQueEscucha sólo a los delincuentes y persigue a sus héroes de la FFMM y de Policía está condenado a su ruina moral y ética!

Comisión de la Verdad @... · 31 jul. 22 ·
#UnPaisQueEscucha está dispuesto a reconciliarse en medio de las diferencias

Adriana Jaramillo @Adria... · 31 jul. 22 ·
#unpaisqueescucha acción tan compleja para un país lleno de autoritarismo y fanatismo. es importante escuchar porque se le da voz y se genera una inclusión social para las personas que han sido afectadas por la violencia, reconociendo su papel y apostando por la sanación

Carol Ann Figueroa Rue... · 31 ago. 22 ·
Colombia no es **#UnPaisQueEscucha**

Por eso llevamos atascados tanto tiempo en destruirnos.

Empezar a escucharnos es clave para salir del ciclo de violencia.

@frenteal_espejo

Angela Garcia @angelag... · 31 jul. 22 ·
La naturaleza es otra víctima que merece ser escuchada **#unpaisqueescucha**

Gustavo Montenegro @... · 14 ago. 22 ·
Reconocer el valor, presencia y legitimidad de los pueblos étnicos en Colombia, deberá ser un paso fundamental para la no repetición del conflicto. Negar su existencia y menospreciar su lugar en la historia también contribuyó a alimentar la guerra.
#ColombiaEtnicaEs

Nomellamo @Nomella... · 14 ago. 22 ·
Hoy en **#frenteal_espejo**
#colombiaétnicaes

BYCC @YeMosq... · 14 ago. 22 ·
Mi País es tan racista, pero tan racista que uno denuncia el racismo por redes y le toca silenciar la publicación por la cantidad de ataques racista que uno recibe...

Carol Ann Figueroa Rue... · 14 ago. 22 ·
#ColombiaEtnicaEs parte de una herida abierta que no va a sanar hasta que decidamos mirar a todos nuestros pueblos étnicos como nuestros iguales.

@frenteal_espejo

Zu @zulay_chinome · 21 ago. 22 ·
#sermujerenlaguerraes ser instrumentalizada en una cultura de la violación para lograr "estrategia" de guerra.

Carolina @CAmorochM · 21 ago. 22 ·
#SerMujerEnLaGuerraEs preservar la vida, la dignidad y la resistencia, pese a todo. **@frenteal_espejo**

Si **david torres** @davidto3... · 21 ago. 22 ·
#SerMujerEnLaGuerraEs la que ha cargado con los dolores, las laceraciones del cuerpo, las pérdidas, el desplazamiento y el desarraigo con respecto a un conflicto armado que ha sido hecho, convocado y organizado por hombres.

Luis Carlos Urrutia @Lu... · 28 ago. 22 ·
#UnImpactoDelConflictoEs que para quienes nacimos en Colombia la resiliencia es el modo de sobrevivir. Tenemos cuero duro y somos tercas y tercos: sabemos que la verdad es el único camino para alcanzar la paz anhelada.

@frenteal_espejo

Luis Carlos Urrutia @Lu... · 28 ago. 22 ·
Aunque **#UnImpactoDelConflictoEs** que en Colombia tengamos un monstruo con mil caras de la violencia, la **@ComisionVerdadC** nos da herramientas para enfrentarlo, gracias a su Informe final.

La Rola @Ajisosa · 04 sep. 22 ·
#CultivoLaPazCuando incorporo en mí que los ex combatientes también son seres humanos y no simples fichas en un juego de poder.

@frenteal_espejo

Gustavo Montenegro ... · 04 sep. 22 ·
#CultivoLaPazCuando comparto el **#InformeFinal** de la **@ComisionVerdadC**

Adriana Jaramillo @Adri... · 11 sep. 22 ·
#UnaPazGrandeEs escuchar a todos los actores, hacerlos partícipes del diálogo y comenzar a sanar los corazones, teniendo como meta la no repetición, todos debemos participar en este proceso para reconstruir la sociedad y darnos la oportunidad de un mejor país
@frenteal_espejo

@frenteal_espejo