



## **Sesión 7: Amarnos a nosotros mismos como lo hace Jesús**

**Tema central:** Amor a sí mismo: Jesús comenzó su ministerio escuchando a Dios proclamarlo como «amado». ¿Imagínese si nos viéramos y entendiéramos como amados y honráramos nuestra propia amabilidad y la de los demás?

**Texto bíblico básico:** Lucas 3: 21-22, Mateo 11:28-30

### Horario que se sugiere para la 7ª. Sesión

#### **1. Bienvenida y oración de apertura (3 minutos)**

**2. Comida (30 minutos, incluida la presentación que se describe en el n.º 3)**  
Disfruten de una comida juntos, siguiendo la orientación anterior. Aproximadamente 15 minutos después, dé la bienvenida a las personas para que cambien de tema y se reúnan para la presentación que se describe a continuación. Continúe notando quién entabla relaciones rápidamente y quién podría necesitar un empujón para conectarse. Siga advirtiendo si alguien parece desconectado, muy callado o solo durante la comida, y consulte con ellos.

#### **3. Presentación (15-20 minutos; si se comparte la comida, se realiza durante la hora de la comida)**

Después de una breve revisión y reafirmación del pacto, haga una de las siguientes preguntas para la presentación:

- Desde nuestra última sesión, ¿dónde has visto a Jesús en el contexto de la comunidad?
- ¿Cómo se manifestó en tu vida el pasaje de las Escrituras de la última sesión?
- ¿Qué aprendiste sobre la práctica de Bendice del Camino del Amor?
- ¿Cómo te sientes al llegar aquí?
- ¿Qué necesitas reconocer antes de poder estar completamente presente hoy?
- Crea tu propia pregunta de presentación.

Preste atención a la orientación anterior sobre la presentación, incluido el uso de la ficha de hablar, escuchando con respeto y respetando el tiempo de cada persona para hablar. Si nota que las presentaciones se prolongan, imponga un límite de tiempo y comience por crear un modelo de presentación dentro de ese marco de tiempo.

También puede recordarles amablemente a las personas que obren según lo convenido por respeto al tiempo y las oportunidades de hablar de los demás.

#### 4. Participación en el contenido (45 minutos)

Una vez que todos se hayan presentado, es hora de pasar a la siguiente parte de la reunión de su grupo pequeño: participación en el contenido. Para la séptima sesión, buscamos saber más sobre la vida con Jesús amándonos como Jesús nos ama.

**Mostrar:** Sesión 7: Vídeo de la Parte A

*Nota:* Para ahorrar tiempo, los participantes pueden ver este vídeo a solas antes de la reunión.

Debatan las siguientes preguntas en grupo, inspirados en la 7ª. Sesión: Vídeo de la Parte A. Recuerde: no necesita abarcar todas las preguntas en este tiempo relativamente breve. Si fuera útil, divídanse en parejas o tríos durante unos 5 minutos para facilitar que todos tengan la oportunidad de hablar. Luego, regresen al grupo más grande y compartan durante los 10 minutos restantes. Usen estas preguntas u otras, según corresponda:

##### Preguntas

- Piensa en cómo te ves a ti mismo en relación con Dios. ¿Te ves a ti mismo como amado?
- ¿De qué manera puedes abrazar tu identidad como amado de Dios esta semana?
- ¿Hay alguna acción o frase que ayudaría?
- ¿Qué en este vídeo te impactó o te cuestionó?

**Mostrar:** 7ª. Sesión: Vídeo de la Parte B

Miren el vídeo en grupo, luego debatan las siguientes preguntas juntos:

##### Preguntas

En el segundo vídeo, escuchamos a tres líderes compartir cómo se reconectan con su identidad como amados de Dios.

- Mientras escuchabas su conversación, ¿qué surgió para ti?
- ¿Cómo puedes tratarte a ti mismo y a los demás como amados?

#### 5. Despedida y Oración de Clausura (7 min)

Siga las sugerencias anteriores para la despedida (confirme la hora y el lugar para la próxima sesión, comparta las oportunidades de Asúmelo), especialmente invitando a los miembros del grupo a compartir **una palabra** sobre el rato que pasaron juntos hoy.

Si el tiempo lo permite, haga esta pregunta de verificación: ¿Cómo te ha bendecido el grupo hoy?

Concluya con una oración, acogiendo las peticiones de oración de cada persona, que el líder del grupo o un voluntario reúne y presenta. Ore espontáneamente, elija su oración preferida o pruebe con la siguiente oración Por confianza y tranquilidad:

*Oh Dios de paz, tú nos has enseñado que en la conversión y la entrega seremos salvos, y en la tranquilidad y confianza estará nuestra fortaleza: Por el poder de tu Espíritu, te suplicamos nos eleves a tu presencia, en donde podamos estar quietos y saber que tú eres Dios; por Jesucristo nuestro Señor. Amén.*

## **6. Asúmelo: Oportunidades de participación en el hogar**

- Para una inmersión más profunda, anime a su grupo a revisar y reflexionar sobre la 7ª. Sesión en el Manual del participante antes de su próxima reunión.
- Invite a los participantes a aprender más sobre la práctica espiritual de [Descansar](#). Plántete estas preguntas: ¿De qué manera la práctica del descanso es una forma de amarte a ti mismo? ¿Cómo te ayuda a volverte [convertirte] a Dios y contemplarte a ti mismo en amor?