



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

### Oración de enfoque

Antes de comenzar tu tiempo de reflexión, haz esta oración o usa las palabras de tu propia inspiración.

*Dios, dame oídos para oír, ojos para ver y un corazón para conocer tu amor a través de mi tiempo aquí y ahora. Amén.*

### Tema central

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

### Texto bíblico básico: Lucas 3:21-22

Un día en que todos acudían a Juan para que los bautizara, Jesús fue bautizado también. Y mientras oraba, se abrió el cielo, y el Espíritu Santo bajó sobre él en forma de paloma. Entonces se oyó una voz del cielo que decía: «Tú eres mi Hijo amado; estoy muy complacido contigo».

En un diario, o con un[a] compañero, explora lo siguiente:

- En el pasaje de Lucas 3:21-22, ¿qué te llamó la atención sobre lo que dice y hace Jesús? ¿Qué te llamó la atención acerca de lo que Dios dice y hace? ¿Por qué crees que estos te llamaron la atención?
- Jesús comenzó su ministerio escuchando a Dios proclamarlo como «amado». ¿Cómo imaginas que le afectó esa proclamación?
- ¿Alguna vez has podido verte y entenderte a ti mismo como amado por Dios?
- ¿Cómo sería aceptar tu amor y honrar tu propio amor y el de los demás? ¿Cómo te sentirías?
- ¿De qué manera puedes abrazar tu identidad como amado por Dios esta semana? ¿Hay alguna acción o frase que ayudaría?

### Oración de clausura

Concluye tu tiempo de reflexión con una oración, ya sea con estas palabras o con las tuyas propias.

*Gracias por llamarme tu hijo amado. Que aprenda a amarme como tú me amas. Amén.*

### Oportunidades de participación adicionales:

- A partir de ahora hasta la Sesión 8, continúa practicando a [Aprender](#) y a [Orar](#) a partir

del Camino del Amor con [oración](#) y lectura bíblica.

- Aprende más sobre la práctica espiritual de [Descansar](#). ¿De qué manera la práctica del descanso es una forma de amarte a ti mismo? ¿Cómo te ayuda volverte a Dios y volverte hacia ti mismo en amor?
- Si deseas prepararte para la próxima sesión, consulta la página I de este folleto sobre cómo elaborar una [regla](#) de vida.