

El Matrimonio desde el amor perfecto

Queremos que la relación conyugal se viva desde el amor perfecto.

Es un cambio radical, que no podemos vivir más que con la ayuda de Dios, del Espíritu Santo. Por eso el Matrimonio, es un sacramento.

"Las obras de la carne son conocidas: fornicación, impureza, libertinaje, idolatría, hechicería, odios, discordia, celos, iras, rencillas, divisiones, disensiones, envidias, embriagueces, orgías y cosas semejantes, sobre las cuales los prevengo, como ya los previne, que quienes hacen tales cosas no heredarán el Reino de Dios. En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio de sí; contra tales cosas no hay ley. Pues los que son de Cristo Jesús, han crucificado la carne con sus pasiones y sus apetencias". Gal 5, 19-24

Para vivir felices necesitamos vivir plenamente el amor.

"Otra parábola les propuso, diciendo: «El Reino de los Cielos es semejante a un hombre que sembró buena semilla en su campo. Pero, mientras su gente dormía, vino su enemigo, sembró encima cizaña entre el trigo, y se fue. Cuando brotó la hierba y produjo fruto, apareció entonces también la cizaña. Los siervos del amo se acercaron a decirle: "Señor, ¿no sembraste semilla buena en tu campo? ¿Cómo es que tiene cizaña?". Él les contestó: "Algún enemigo ha hecho esto". Le dicen los siervos: "¿Quieres, pues, que vayamos a recogerla?" Les dice: "No, no sea que, al recoger la cizaña, arranquen a la vez el trigo. Dejen que ambos crezcan juntos hasta la siega. Y al tiempo de la siega, diré a los segadores: Recojan primero la cizaña y átenla en gavillas para quemarla, y el trigo recójalo en mi granero"». Mt 13, 24-30

Dios nos da tiempo para madurar. Y no nos corta antes de tiempo. La miseria que encontremos ahora, es la oportunidad de juntarla con la bondad de Dios, para que Él nos dé su misericordia.

Mientras no haya conciencia de pecado, de nuestra miseria, de nuestra situación real, no hay misericordia.

No podemos decirle a Dios: dame el paso directo al cielo, porque Tú eres misericordioso. Eso no es posible.

El más misericordioso es Dios y de Él procede toda la misericordia.

Lo que te choca, te checa. No nos gusta esa persona porque nos habla de nuestra miseria. Quien no soportas, es la que más te permite ver reflejadas tus miserias.

Vamos a ir purificando las intenciones de nuestro corazón.

Todo lo que yo hago, ¿lo hago por amor a Dios o por buscarme a mí mismo? ¿Busco que me agradezcan? ¿Qué me reconozcan? ¿Busco el primer lugar?

Esta sesión se trata de decir ¿cómo sí?

Sin embargo, muchas personas no tienen idea de cómo manejar constructivamente las cosas, pues la tele les ha enseñado a odiar, mentir, traicionar, despreciar, sentir que uno lo merece todo. Por lo que les es difícil conciliar, escuchar, perdonar y buscar el bien del otro, antes que el propio. Eso es, vivir en el amor perfecto.

También están las trampas de la comunicación:

- La primera es la del fingimiento: Caen en ella cuando alguno de los dos ha fingido ser o pensar lo que el otro quiere, y ya en el trato cotidiano no puede seguir soportando la farsa y sale su verdadero yo.

Si has caído en el fingimiento sólo puedes salir de ahí a través de la verdad. Es la única que permite entrar al amor. Es necesario que te enfrentes a ti mismo y que con mucha honestidad te desenmascaras frente a tu pareja, para que te conozca realmente y valores si es o no capaz de perdonarte y luego de aceptarte tal cual eres. En este punto ambos necesitan una dosis extra de amor extremo. Pídanle con todo su corazón a Jesús que les permita experimentar el amor extremo: el amor que ama sin límites, que cree sin límites, que soporta sin límites, que perdona sin límites (Cfr. 1ª. Cor14, 7).

- El rey: es el que cree que el otro se sacó la lotería con él, y entonces espera un trato de rey o reina y si no le dan ese trato reclama y hace una verdadera guerra.

Si crees que el otro es muy afortunado por tenerte, sólo puedes pasar al amor verdadero, a través de la humildad.

Responde en tu cuaderno:

1. En mi noviazgo ahorita ¿quién manda?

Necesitamos reconocer si hemos vivido en el amor o en medio de una lucha de poder.

¿Quién debe mandar? Dios. (Para más detalles ve el video 1)

Tienes que conocerte más a ti mismo, reconocer tus cualidades y tus defectos y luego acercarte más a Dios, para que puedas reconocer lo pequeño que eres delante de Él y lo necesitado que estás de su amor. Entonces entra en tu cuarto, cierra la puerta, para que nada te distraiga y ahí comienza a hablar con Dios (Cfr. Mt 6, 6), no de lo maravilloso que eres tú, sino de lo maravilloso que es Él, si no se te ocurre nada, toma el Salmo 145 y luego pláticale a Dios lo que más te llamó la atención de lo que leíste.

Cuando puedas reconocerte pequeño delante de Dios, podrás reconocer que tu novio(a), es igualmente pequeño delante de Dios y lleno de cualidades y defectos como tú. Aprende a amarlo por lo que es y busca su bien, antes que el tuyo.

- El comentario inoportuno. El pensar sólo en ti mismo y tus problemas, te hace desaprovechar lo que estás viviendo y te hace ciego a lo que le está pasando al otro.

- Hola amor. Qué bien huele la comida.

- Olvídate de comer, pues ya no nos alcanza para pagar el gas. (Y ya ninguno disfruta la comida).

Si tienes la mirada fija en ti mismo no podrás llegar al amor, si antes no te niegas a ti mismo (Cfr. Mt 16, 24). Es voltear a ver a Jesús y a tu cónyuge y pensar primero en Jesús y luego en tu pareja, antes que en ti mismo. Buscar lo que Jesús quiere, antes que lo que quieres tú. Hacer su voluntad y no la tuya.

- El otro es culpable. Cuando creemos que todo lo malo que nos pasa es a causa del otro, sin que nosotros tengamos ninguna responsabilidad en ello.

Cuando los demás son los culpables de todo lo malo, no tenemos capacidad de hacer nada por cambiar nuestra realidad. En cambio, cuando yo reconozco que puedo mejorar, cabe la esperanza de que las cosas puedan cambiar. Si hago todos los días un esfuerzo del 1%, al cabo de 100 días seré mejor, pues he cambiado al 100%. Pues «¿cómo es que miras la brizna que hay en el ojo de tu hermano, y no reparas en la viga que hay en tu ojo? ¿O cómo vas a decir a tu hermano: `Deja que te saque la brizna del ojo', teniendo la viga en el tuyo? Hipócrita, saca primero la viga de tu ojo, y entonces podrás ver para sacar la brizna del ojo de tu hermano». Mt 7, 3-5

Para pasar de aquí tienes que usar la U, porque tu dedo índice en lugar de apuntar hacia el otro, culpándolo, ahora se regresa en U, para apuntar hacia ti mismo.

Responde en tu cuaderno: ¿Qué tanto me gusta buscar culpables?

- El reprochismo: se presenta cuando el otro no es como yo quiero que sea y se lo estoy reprochando a cada momento.

Para salir necesitas la aceptación. Para aceptar al otro tal cual es, se requiere primero reconocer que tú no eres tan maravilloso y perfecto como crees. Necesitas aceptarte como eres en realidad y no como crees que eres. Por eso, igual que el rey, entra en tu cuarto, cierra la puerta y platica con Dios.

- La falta de reconocimiento: Como el otro no hace lo que yo espero, entonces me la paso de malas, pensando que no es lo que yo quería o merecía, y fijando mi atención en sus puntos negativos, en lugar de ver todo lo bueno que sí hace y reconocérselo.

Para llegar al amor, hay que pasar por la aceptación, pero al igual que el Periférico, la aceptación tiene un segundo piso y es el del reconocimiento. Necesitas transitar un buen tramo en la aceptación, para poder subir al reconocimiento.

Ve en el video 2 el ejercicio del cajón, para comprender por qué siempre nos centramos en lo malo.

- El oír sin atención. Es cuando se oye a la otra persona, pero uno está pensando o haciendo otra cosa. Si verdaderamente es muy importante lo que estás haciendo o pensando, debes hacerle saber al otro: "Eso que me dices es muy importante, permíteme que acabe de hacer esto, para poder ponerte toda la atención que eso requiere".

Si muy frecuentemente el otro te "interrumpe" es porque necesita más tiempo para que lo escuches. No eches en saco roto todo lo que te dice, pues hablando es como se entiende la gente y es como lograrán conocerse mejor, para poder aceptarse y amarse.

Tal vez tú consideres que no es importante lo que te dice, sin embargo, el simple hecho de platicar de algo mantiene lazos de unión que son imprescindibles. Además, tú puedes preguntarle sobre las cosas que consideras importantes para ambos y lograr tener una buena plática.

Para salir de esta trampa, debes pasar por la escucha. La escucha invita a salir de ti mismo y tus pensamientos, para ir al encuentro de la otra persona y sus pensamientos.

Descubre en el video 2 ¿cómo hablar con el otro? Usando la ley de la cuchara.

Responde en tu cuaderno: ¿He podido escuchar sin ponerle una carga negativa al otro? (Para entender mejor esta pregunta ve el video 2).

- El miedo: muchas veces por miedo a un pleito, no se dice lo que uno piensa o siente. El miedo también aparece cuando no se sabe cómo va a reaccionar el otro ante lo que uno le diga o si se sabe que va a reaccionar violentamente. Si esto ocurre, ambos necesitan aprender a comunicarse mejor, a aceptar sus sentimientos y a amar, pues el amor expulsa el miedo (cfr. 1ª Jn 4, 18).

Responde en tu cuaderno: ¿Me han educado a través del miedo, con castigos o amenazas?

¿Mi novio(a) me da miedo?

¿He hecho comentarios como: es que mi novio(a) me va a matar?

- El bloqueo: Se presenta cuando uno bloquea la comunicación, porque no sabe cómo enfrentarse a lo que el otro le está diciendo, y entonces lo interrumpe con otra cosa, se pone a

atender lo que sea, le pide explicaciones de diccionario o le da clases de Etimología, sobre lo que está diciendo.

- Me siento muy angustiada.
- Define la palabra angustiada.

También se manifiesta cuando se hacen bromas o burlas de los sentimientos del otro. Esto hace que se pierda el respeto entre ambos.

Si esto ocurre, ambos necesitan aprender a manifestar y recibir los sentimientos propios y del otro.

Responde en tu cuaderno: ¿He usado el bloqueo con mi novio(a)?

- La telepatía. Es cuando creemos que el otro, que suponemos nos conoce muy bien, adivina nuestros pensamientos y sabe lo que queremos y necesitamos.
- ¡Nos cortaron la luz porque no la pagaste!
- ¿Yo tenía que pagarla?
- ¡Sí! Que no ves que te dejé el recibo junto a tu cartera.
- Pero si siempre la pagas tú.
- Que no ves que no podía, porque tenía que llegar temprano al trabajo.

(Los dos creyeron que el otro adivinaba sus pensamientos y se quedaron sin luz).

También se presenta cuando descalificamos al otro o lo hacemos sentir inútil, por no adivinarnos correctamente:

- ¡Feliz Cumpleaños! Abre tu regalo.
- ¿Por qué me regalaste una camisa? Si lo que necesito son unos calcetines.

(El primero se siente descalificado por no haber adivinado y le quedan pocas ganas de volver a regalarle algo).

Otra manera en la que se manifiesta es a través del anhelo sugerido. Cuando en lugar de decir directamente lo que quieres o necesitas, lo haces con una sutil sugerencia: ¿Cómo me gustaría poder ir de vacaciones a Tequisquiapan? Y el otro piensa: No, a mí me gustaría poder ir a Acapulco. Y simplemente desecha la idea de Tequisquiapan, pero tampoco hace nada por ir a Acapulco.

(Quien quería ir a Tequisquiapan se sentirá muy desilusionado al ver que el otro no hizo nada por satisfacer su deseo).

Llega a tal extremo esta idea de la telepatía, que incluso somos capaces de decir que sí, cuando en realidad queremos decir no.

- ¿Estás de acuerdo en que hoy vayamos a comer a casa de mi mamá para festejarla por su santo?
- Sí, claro. (Pensando: en este instante me va a decir: gracias por ser tan buena, pero no iremos a casa de mi mamá, tengo reservaciones para ir a un restaurante elegantísimo para festejar nuestro aniversario de novios).
- Ya llegamos a casa de mami.

- ¿En serio me trajiste aquí? (Está a punto de explotar, pensando que es imposible que el otro sea tan absurdo y que considere más el santo de su mamá que su aniversario).

- No hay modo de darte gusto. Si tú misma me contestaste que estabas de acuerdo.

(Por contestar que sí, cuando en realidad era no, los dos están furiosos, porque él no puede confiar en las respuestas que da ella y ella está muy ofendida no tanto por ir a casa de su futura suegra, sino porque ella cree que él le da menos importancia a su aniversario, es decir, a ella, que a su mamá, lo cual no necesariamente es cierto, por ejemplo si él ha demostrado que nunca recuerda las fechas importantes).

A veces creemos que somos nosotros los que tenemos telepatía, cuando damos por hecho las cosas. En lugar de preguntarle al otro su opinión, damos por hecho su respuesta.

- ¿Por qué compraste brócoli?

- Pues porque a ti te encanta. En casa de tus papás nunca falta.

- ¡A mí me choca, siempre me obligaban a comérmelo!

Lo mismo ocurre cuando se han perdido todos los detalles, porque los dos dan por hecho que se aman y entonces ya no se lo demuestran.

- Ella sabe que la amo, porque nunca faltan los frijoles en la casa.

- Él sabe que lo amo, porque siempre preparo los frijoles para que nunca falten en la casa.

(En esa casa los que se sienten más atendidos y amados son los frijoles).

Para salir de la telepatía, debemos usar más la boca para hablar, que el cerebro para adivinar.

Responde en tu cuaderno: ¿He usado la telepatía con mi novio(a)?

Si ya pudiste salir de las trampas de comunicación te felicitamos y te suplicamos que no bajes la guardia, pues están por venir las trampas de la vida cotidiana.

- La Monarquía: Cuando cada uno considera que lo importante es lograr sus propias metas, en lugar de tener un proyecto de vida juntos, con objetivos comunes, que antepongan a sus metas personales. Jesús nos dijo: «El que quiera llegar a ser grande entre ustedes, que sea su servidor». Mt 20, 26

Cuando uno sirve a los demás, llega a ser grande en el amor, que es la mejor recompensa.

- El Cumplimiento: Cuando haces las cosas no por amor, sino por cumplimiento. Llegas al extremo de cumplimiento y miento, pues por dentro estás harto de hacer eso que no te da ninguna gratificación personal. Los judíos tienen 613 preceptos y muchos sólo se dedican a cumplir, no lo hacen por amor a Dios, sino por quedar bien con los demás. Pero cuando uno se acercó a Jesús para preguntarle: “¿Cuál es el primero de todos los mandamientos?” Jesús le contestó: «El primero es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es el único Señor, y amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. El segundo es: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No existe otro mandamiento mayor que éstos». Mc 12, 29-32

Deja ya de cumplir y empieza a amar, primero a Dios y luego a tu cónyuge como a ti mismo. Para lograrlo más fácilmente cambia tus frases de: tengo que... por quiero...

Prueba: Tengo que (di en fuerte algo que tienes que hacer). Ahora cambia la frase por: Quiero (hacer eso mismo). ¿Sientes una diferencia en tu corazón?

- El aburrimiento: Cuando tu vida se vuelve rutina, cuando no hay motivación para echarle ganas cada día, inventa algo divertido y sácale jugo a la vida. Permítele a Jesús que te sorprenda, pues Él hace nuevas todas las cosas (cfr. Ap 21, 5).

- El agotamiento: Cuando estás tan cansado por todo lo que haces, que sientes que la energía se te consume y vas a quedar derrumbado en el sillón. O cuando los problemas sobrepasan tu capacidad y sientes que son tan pesados, que ya no puedes ni caminar. Si estás agobiado o agotado, recurre a Jesús, Él te dice: «Vengan a mí todos los que están fatigados y sobrecargados, y Yo les daré descanso. Tomen sobre ustedes mi yugo, y aprendan de Mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallarán descanso para sus almas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera». Mt 11, 28-30

Jesús Tú quieres que nos acerquemos a Ti, reconociendo que nosotros mismos no podemos con nuestras cargas. Y cuando nos acerquemos a Ti, Tú nos darás descanso, pues en lugar de que nosotros carguemos con todo, Tú mismo nos ayudarás. Te harás nuestro compañero de carga, compartiendo el yugo. Y Tú serás quien guíe el yugo. Tú nos diriges y nos llevas por el camino que Tú recorriste: el de ser manso y humilde de corazón. Eso es el ser dócil a Dios y sencillo. De esta manera podremos conocer a Dios y además hallar descanso, pues su yugo es suave y su carga ligera, pues lo único que hay que hacer es la voluntad del Padre.

- La desconfianza: Cuando creemos que conocemos tan bien al otro, que cuando nos sorprende con algún regalo o algún detalle, primero que nada sospechamos que algo anda mal. Pero el verdadero amor que ama sin límites, también cree sin límites (Cfr. 1ª. Cor 14, 7). En lugar de desconfiar, ama.

- La guarida: Cuando preferimos pertenecer muy activamente a algún grupo, para estar muy ocupados y no tener tiempo para atender la casa y a la familia, como sabemos que lo necesitan. Y en lugar de ser ejemplo de verdadero amor para todos, en nuestra casa somos muy criticados por nuestra conducta, muchas veces somos quienes comenzamos los pleitos en todos lados, quienes hablamos mal de los demás y estamos pendientes de que nadie nos quite nuestro "puesto". Necesitamos reconocer nuestros problemas y enfrentarnos a ellos. Perdonar y pedir perdón, pues Jesús nos dice que «si al presentar tu ofrenda en el altar te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja tu ofrenda allí, delante del altar, y vete primero a reconciliarte con tu hermano; luego vuelves y presentas tu ofrenda». Mt 5, 23-24. Además "si alguno dice: "Yo amo a Dios", y odia a su hermano, es un mentiroso; pues quien no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios a quien no ve. Y nosotros hemos recibido de Jesús este mandamiento: quien ama a Dios, ame también a su hermano". 1ª Jn 4, 20-21.

- La Resignación: Muchas personas se resignan a mantener un matrimonio de apariencia, ya sea por el qué dirán o por el daño que pueden causarle a sus hijos. Algunos se casan pensando que si no toman esta oportunidad, se van a quedar solteros para siempre. Sin embargo, el que sólo decide aguantar y no hace nada más, está muriendo en vida, y además arrastra consigo a sus futuros hijos, pero no para llegar a una vida nueva. Estos hijos acaban hechos pedazos, por haber vivido dentro de un hogar aparente. Es urgente que busques una nueva dosis de amor extremo, para no aguantar sino amar de verdad. Quienes logran vencer los obstáculos y trabajan juntos por lograr amar hasta el extremo transmiten a sus hijos seguridad, creatividad e independencia. Es necesario decidir amar, a pesar de los obstáculos. Por eso siempre tu primera alternativa es: Permanecer casado, para aprender a amar hasta el extremo.

Si todavía no estás casado, es mejor que no te cases por resignación. Vas a sufrir mucho.

¿Es lo mismo la resignación que decir que el amor todo lo soporta? No. Descúbrelo en el cuarto video.

- La media naranja: cuando alguno cree firmemente que en algún lugar del mundo existe la pareja ideal y que por supuesto no es la que escogió para casarse. En lugar de vivir para una

ilusión, vive para la otra persona que existe realmente y está junto a ti y vuélvela a elegir, tienes con el otro una oportunidad para crecer, usa los problemas como un medio para conocerte a ti, conocer al otro, y conocer la fuerza que junto con Jesús pueden tener. Cada problema los ayuda a ser más fuertes.

- Memoria de elefante: Algunos hombres creen que las mujeres tienen memoria de elefante, que no se olvidan de lo que pasó el mes pasado, el año pasado y nunca perdonan. Llevan una cuenta tan exacta de todas las ofensas, que nada puede borrarla.

Si te sabes el Padre Nuestro, es muy probable que tú perdones mucho, pues en esta oración le decimos a Dios: perdona nuestras ofensas, así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden. Entonces si la condición para que Dios nos perdone, es que nosotros perdonemos a todos los que nos ofenden, es obvio que vamos a hacer todo nuestro esfuerzo por perdonar.

Pues de lo contrario, si nosotros perdonamos poquito, vamos a experimentar que Dios nos perdona poquito. Pero ¿por qué es así? Imagina un tubo que es tu canal de perdón. Si el tubo está libre, tu canal de perdón está limpio y puedes perdonarlo todo y experimentar que Dios también te puede perdonar todo.

Ahora si metes al tubo a una persona que no hayas podido perdonar, ¿verdad que ya no queda tanto espacio para perdonar y para sentir el perdón de Dios?

Si dejas atoradas a todas las personas que no puedes perdonar, verás que tu canal de perdón quedará totalmente obstruido. No habrá espacio para perdonar y sentir el perdón de Dios.

Si tú te acostumbras a perdonar poquito, vas a creer que Dios te perdona poquito. Por eso, desde ahora tienes que saber que Dios te perdona muchísimo, te perdona siempre, pero para experimentarlo tú tienes que perdonar muchísimo y siempre a todos los que te lastimen o te ofendan.

- Ya no tiene solución: Esta frase sólo la puede decir alguien que se escuda en el miedo, en la apatía o en su falta de fe, "porque no hay nada imposible para Dios". Lc 1, 37

Si verdaderamente crees en Dios, deja que toque tu corazón y lo transforme, para que tengas nuevas fuerzas y más valor para enfrentar tus miedos y tus problemas.

- Mensajes tú: En lugar de mandar mensajes tú, cámbialos por mensajes yo. "Yo entendí que me habías dicho...". Esta práctica ayuda a aclarar malos entendidos y a que no suenan a reclamo.

Las relaciones sexuales, siendo la mejor manera de demostrar amor y entrega al otro, pueden convertirse también en un gran obstáculo, por la distorsión que los medios de comunicación y la sociedad han hecho de ellas.

La relación sexual permite salir del propio aislamiento y egoísmo, para abrirse al otro y, a través del éxtasis temporal de la unión carnal, elevarse al deseo del amor y de la alegría sin fin.

Sin embargo, muchas parejas no logran experimentar ni siquiera este éxtasis temporal y quedan con una sensación de insatisfacción. Muchos entonces buscan la unión sexual, dentro y fuera del matrimonio, pasando de una pareja a otra, para sanar esta insatisfacción, pero nuevamente la promesa de infinito y de eterno resulta siempre decepcionada.

Si la unión sexual no se vive en el modo y con la intención pretendida por Dios, siempre producirá insatisfacción. Sólo cuando el hombre y la mujer se elevan del deseo carnal y de su propia satisfacción, tienen este éxtasis y fusión de amor, que les permite pregonar el amor infinito, recordar de dónde vienen y a dónde se dirigen.

Sólo en el Espíritu Santo es posible reencontrar esta plenitud de la vocación matrimonial. Ya que sólo cuando los dos se aman, es decir, cuando buscan el bien del otro y no su propia

satisfacción personal, es cuando logran entregarse enteramente y sin reservas y experimentar de una manera nueva el amor de Dios que los une y los eleva y les permite tocar el infinito.

No importa en qué situación estés en tu noviazgo. Tal vez no han podido pasar algún obstáculo o quedaron atrapados en una trampa. Hazte esta pregunta: ¿Hay alguien con quien puedes platicar y siempre te sorprende con lo que te dice? Aunque te diga las mismas palabras, si las dejas entrar a tu corazón, descubrirás cosas nuevas en ellas.

Estamos hablando de Dios. Si te mantienes en comunicación constante con Él, no te ahogará la rutina ni perderás el sentido de tu vida. Él te quita el corazón de piedra y te da un corazón de carne (cfr. Ezequiel 36, 26). Te renueva cada día por su amor (cfr. Sofonías 3, 17). Te permite tener una actitud nueva ante las cosas. Y amar a los demás hasta dar tu vida por ellos.

Revisa todas las trampas en donde han caído. Y pídele al Espíritu Santo que te ayude para no volver a caer en ellas.

Cada día de esta semana dile a Jesús: Quiero hacer tu voluntad y no la mía.

Has el ejercicio de la cuchara hablando solamente de los hechos y de lo que a ti te hicieron sentir, sin ponerle una carga negativa al otro. (Para entender mejor este ejercicio, ve el video 2).

Métete todos los días al basurero media hora (¡con basura, claro está!). (Para entender mejor este ejercicio, ve los videos 2, 3 y 4). Toma conciencia de tu miseria.

Revisa cada día ¿cuántas cosas hiciste por miedo, por enojo o por la tristeza? ¿Cuántas por cumplir? Y de éstas, ¿verdaderamente todas son la voluntad de Dios? ¿Mi carga es pesada, porque llevo cuenta de todo lo malo?

Cuando te sientas ofendido has el ejercicio del tubo del perdón. Para entenderlo mejor ve el video 4.

2. Videos de la Sesión presencial:

Descubre ¿qué es la misericorditis?

Video 1: <https://youtu.be/W9EBNcH34rw>

¿Por qué nos cuesta decir: Jesús, quiero hacer tu voluntad y no la mía?

Te compartimos el ejercicio del cajón, para comprender por qué siempre nos centramos en lo malo.

¿Por qué las mujeres necesitan desahogarse hablando una y otra vez de lo mismo?

¿Cómo hablar con el otro? Usando la ley de la cuchara.

Video 2: <https://youtu.be/erf1rW-spl>

¿Por qué es tan bueno meterse al basurero?

Si no estoy en mi casa, con mi familia, ¿puedo conocer y resolver los problemas que ahí se presentan?

Video 3: <https://youtu.be/fl3OI9y-TVE>

¿Es lo mismo la resignación que decir que el amor todo lo soporta? No.

Te compartimos el tubo del perdón. Ya no perdones con tu perdón, mejor con ¡la misericordia de Dios!

Video 4: <https://youtu.be/Na8MP-CDTFM>

Oración final:

Entonces vamos a terminar: En nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

¿Estamos cerrando la puerta de la presencia de Dios? No. Lo hacemos porque queremos estar en ella de aquí hasta la próxima semana. Que Dios los bendiga mucho.

Erika M. Padilla Rubio

Palabra y Obra © ®

Palabra y Obra. Todos los derechos reservados.