

## Perdón y Sanación

I. Oración y Bienvenida.

II. Introducción:

Leer Textual:

En nuestro peregrinar por la vida, con frecuencia somos heridos y lastimados por otros, esto afecta negativamente nuestro comportamiento, pero dentro de nosotros mismos y a través de los dones del Espíritu Santo, tenemos el poder de perdonar y sanar.

No podemos olvidar que de la misma forma que hemos sido heridos o lastimados, nosotros también hemos y lastimamos a otros, y si queremos ser perdonados tenemos que estar abiertos a perdonar a los demás. Jesús nos llama a aceptar, perdonar y amar a todos por igual.

III. Compartir (El o Ella 4 min.)

Existen algunos patrones de conducta negativas que nos permiten ser esas personas libres para perdonar y pedir perdón, estos son: enojo o ira, crítica, irresponsabilidad, apatía o indiferencia, orgullo o soberbia, la rebeldía, la prepotencia, hacerse la víctima, entre otras.

Compartir una ocasión en que lastimaste a otra persona, cómo fue la herida y qué hiciste para pedir perdón y buscar la sanación.

IV. Compartir (El o Ella 4 min.)

Todos tenemos dones que recibimos a través del Espíritu Santo, y de nosotros depende el desarrollarlos para ponerlos al servicio de los demás como son: el amor, la paciencia, la caridad, la humildad, bondad y fidelidad. El amor trae la capacidad de aprender a perdonarte a ti mismo y a los demás.

Jesús nos llama al perdón y sanación, sólo con el perdón nos podemos liberar de la esclavitud, de la ira, el odio y el rencor hacia otros y nos sentiremos dignos y limpios ante Dios y los hombres; y ante nosotros.

Compartir una herida recibida por un miembro de la comunidad, cuál fue tu reacción y cómo lograste perdonar, sanar y continuar tu jornada. (Cuidado de no echar basura, se trata de hablar de mi mismo).

V. Compartir (El o Ella, 1 min.)

“Señor, ¿Cuántas veces pecará mi hermano contra mi que yo haya de perdonarlo?

¿Hasta siete veces? (Mateo 18:21)

“No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete” (Mateo 18:22)

a) Reflexión personal (3 min.)

VI. Ejercicio (5 min.)

Escribir todos una reflexión acerca de la siguiente pregunta (esta reflexión es personal y privada por lo tanto no habrá intercambios de cuadernos)

¿A quién necesito hoy perdonar o pedir perdón y qué estoy dispuesto a hacer para lograrlo? ¿CMSADMR?

VII. Diálogo 10+10:

¿Cómo me siento al escuchar que Jesús nos llama a aceptar, perdonar y amar a todos por igual?

VIII. Compartir abierto:

¿Qué aprendí esta noche y qué reto me llevo a casa? Compartir tus sentimientos al respecto.

IX. Oración final.

Pilar Comunidad Sección XIV - USA