

GUÍA DEL PARTICIPANTE

# LA ESENCIA DE LA VIDA

- EL AMOR TODO LO PUEDE -

Copyright © 2025 Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia,  
Universidad de Notre Dame y Hermanas de la Vida

[Laesenciadelavida.com.com](http://Laesenciadelavida.com.com)

# LA ESENCIA DE LA VIDA

- EL AMOR TODO LO PUEDE -

|                                                                                            |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Introducción</b> .....                                                                  | 4   |
| <b>Video 1</b> Llamados a la vida: fundamentos espirituales.....                           | 6   |
| <b>Video 2</b> Viendo la realidad: la mirada contemplativa.....                            | 20  |
| <b>Video 3</b> Esta es la obra de Dios: el poder de la oración .....                       | 34  |
| <b>Video 4</b> Vulnerabilidad: una crisis de identidad.....                                | 48  |
| <b>Video 5</b> Esperanza y miedo: entendiendo el corazón de una mujer embarazada .....     | 62  |
| <b>Video 6</b> Éxodo del miedo: acompañándola a la vida.....                               | 76  |
| <b>Video 7</b> Alegrándonos por ella: nuestra disposición de corazón .....                 | 90  |
| <b>Video 8</b> La maternidad es para siempre: esperanza y sanación después del aborto..... | 104 |
| <b>Video 9</b> La maternidad es para siempre: la adopción.....                             | 118 |
| <b>Video 10</b> Escuchando a una persona en su esencia: el arte de estar presente.....     | 138 |
| <b>Video 11</b> Escuchando a una persona en su esencia: cómo escuchar bien .....           | 132 |
| <b>Video 12</b> Escuchando a una persona en su esencia: la escucha reflexiva.....          | 160 |
| <b>Créditos</b> .....                                                                      | 174 |

# ¡BIENVENIDOS!

Bienvenidos al programa de formación *LA ESENCIA DE LA VIDA: El Amor Todo lo Puede*. ¡Nos alegra que estén aquí! Este programa es un esfuerzo desarrollado por las Hermanas de la Vida, el Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia y CampCampo Media Production.

El programa invita a los participantes a un nuevo enfoque del ministerio provida, basado en el modelo de acompañamiento desarrollado por las Hermanas de la Vida. Es ideal para grupos e individuos que desean aprender a acompañar a mujeres durante un embarazo inesperado, reflexionar sobre lo que significa vivir y promover la cultura de la vida, perfeccionar sus habilidades o simplemente descubrir una forma nueva y diferente de abordar temas provida, una que no se base en la dualidad política de izquierda y derecha, sino que esté arraigada en el corazón de la Iglesia. Ya seas un líder con experiencia, un recién llegado al movimiento provida o estés explorando tu perspectiva sobre el aborto por primera vez, este programa te brinda el espacio para reflexionar y debatir cómo tu propia vida puede ser un auténtico testimonio en favor de la causa por la vida.

A lo largo de este programa, conocerás los fundamentos teológicos y el marco pastoral que utilizan las Hermanas de la Vida en su ministerio con mujeres embarazadas. Tendrás la oportunidad de orar y reflexionar sobre lo que significa vivir y construir una cultura de la vida, acompañar a una mujer durante un embarazo inesperado, comprender el corazón de la mujer embarazada —sus miedos y esperanzas— y desarrollar habilidades pastorales prácticas para una escucha eficaz y un acompañamiento genuino.

Esta Guía del Participante ha sido diseñada por las Hermanas de la Vida y el Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia para apoyarte en esta miniserie de 12 episodios. En las siguientes páginas encontrarás información útil sobre la serie y guías para cada video.

## FORMATO DEL PROGRAMA

El programa de formación *LA ESENCIA DE LA VIDA: El Amor Todo lo Puede* consta de 12 videos, preguntas de reflexión personal y preguntas para discusión en grupo. El programa está diseñado para completarse en grupos pequeños a lo largo de 12 semanas. Cada sesión se divide en tres partes: (1) visualización del video, (2) reflexión personal y (3) discusión en grupo. También se incluyen oraciones de apertura y cierre. Por supuesto, puedes adaptar el contenido del programa a tus necesidades. Si bien recomendamos completar el programa en un grupo pequeño, sabemos que esto no siempre es posible y el programa se puede adaptar. Puedes optar por completar el contenido por tu cuenta o en un pequeño grupo de estudio en línea. Sea cual sea tu decisión, esperamos que esta serie te resulte enriquecedora y enriquecedora.



# VIDEO 1

LLAMADOS A LA VIDA:  
FUNDAMENTOS ESPIRITUALES



“Dios nos invita a recordarles a los demás quiénes son, invitarlos a una vida plena y a compartir la buena nueva de que nada, ni ninguna situación, está más allá del amor y la misericordia de Jesucristo”.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el primer video, “Llamados a la vida: fundamentos espirituales”, los participantes exploran lo que significa ser creado por Dios, a su imagen y semejanza. En su bondad, Dios llama a la existencia a cada persona humana con infinita intención, cuidado y amor.

Cada persona humana es un regalo. Reconocer el don de cada persona puede resultar difícil porque vivimos en un mundo que nos dice que nuestro valor sólo proviene de lo que podemos hacer, producir o lograr. Esto puede provocar ansiedad, miedo, confusión, aislamiento, adicción e incluso la muerte. Cada persona está llamada no sólo a reconocerse a sí misma como un don, sino también a ayudar a los demás a experimentarse a sí mismos como un don.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en su existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

# INTRODUCCIÓN

En nuestra cultura, normalmente nos presentamos dando nuestras credenciales: de dónde somos, nuestro puesto de trabajo, títulos, etc. Sin embargo, para establecer vínculos de comunidad genuina, es importante profundizar un poco más. Compartir una experiencia de importancia para nosotros es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los participantes. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Quién es la persona más inspiradora que has conocido y por qué?

---

### VIDEO #1

## LLAMADOS A LA VIDA: FUNDAMENTOS ESPIRITUALES



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**ISAIAH 43:1**

“Y ahora, así te habla Yavé, que te ha creado, Jacob, que te ha formado, Israel. ‘No temas, porque yo te he rescatado; te he llamado por tu nombre, tú eres mío’”.

**SALMO 139:  
13-14**

“Pues eres tú quien formó mis riñones, quien me tejió en el seno de mi madre. Te doy gracias por tantas maravillas, admirables son tus obras y mi alma bien lo sabe”.

**GÉNESIS 1:27**

“Y creó Dios al hombre a su imagen. A imagen de Dios lo creó. Macho y hembra los creó”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

1. ¿Hubo una palabra, frase o historia que resonó en mí?
2. ¿Cuándo fue un momento en que reconocí mi propia dignidad, mi propia bondad y que soy amado? ¿Qué significa para mí que Dios ha querido desde la eternidad que yo viva en comunión infinita con él?
3. Al reflexionar sobre mi propia vida y mis decisiones, ¿dónde tiendo a encontrar mi valor? ¿Tiendo a identificarme con mi carrera, con lo que soy capaz de hacer, etc.?
4. La Madre Agnes Mary, SV y la Hermana Bethany Madonna, SV hablan sobre la realidad del miedo, la oscuridad y la soledad en nuestro mundo. ¿De qué manera comparto esa realidad? ¿Hay lugares en mi propio corazón que están tocados por el dolor y la angustia? ¿Dónde necesito dejar entrar la luz sanadora de Jesús?
5. ¿Ha habido algún momento en mi vida en el que me sentí convencido de la dignidad de la persona humana?
6. ¿Cómo me está llamando Dios? ¿Cómo siento que el Señor me invita a ver a los demás? ¿A defender a los demás? ¿A construir una cultura de la vida? ¿Qué le está diciendo a mi corazón?
7. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

Desde toda la eternidad,  
Dios ha querido que tú  
existas. Eres bueno. Eres  
sagrado. Has sido elegido.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. ¿Hay algo que te sorprendió o te desafió? ¿O hay algo que fue nuevo para ti?
3. ¿Qué le llamó la atención de las historias de convocatoria compartidas por la Madre Agnes Mary y la Hermana Bethany Madonna?
4. En el vídeo, la hermana Bethany Madonna dice: “Provida no se trata de etiquetas, se trata de personas” y “el aborto es más que una cuestión política, un término legal o un procedimiento médico. El aborto tenía un rostro y era el rostro de mis propias amigas y hermanas en Cristo”. ¿Cómo arrojan nueva luz sobre lo que significa ser provida las observaciones de la hermana Bethany Madonna?

[illegible]

“

Ser pro-vida no se trata de etiquetas. Ser pro-vida se trata de personas.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. A medida que avanzamos desde este lugar, ayúdanos a reconocer a cada persona que encontramos como un regalo.*

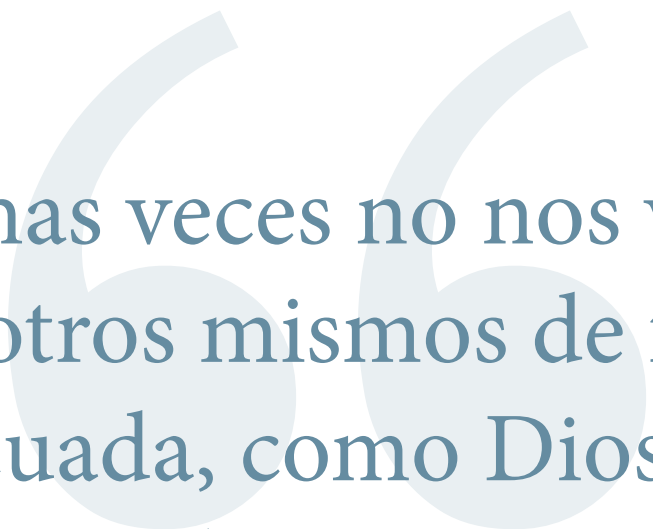
*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 2

VIENDO LA REALIDAD:  
LA MIRADA CONTEMPLATIVA



“Muchas veces no nos vemos a nosotros mismos de forma adecuada, como Dios nos ve. Cuando no nos vemos correctamente a nosotros mismos, no podemos ver correctamente a los demás”.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el segundo video, “Viendo la realidad: la mirada contemplativa”, se presenta a los participantes la idea de cultivar una postura del corazón que ve a Dios presente en su creación: en la otra persona, en la naturaleza y en ellos mismos. Es al recibir la realidad como un regalo que podemos comprometernos con los demás en el encuentro, el diálogo y la solidaridad. Es esta relación auténtica y esta postura de asombro y admiración lo que permite a una mujer en un embarazo en crisis recibirse a sí misma como un regalo.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Qué es lo más hermoso que has visto/momento que has experimentado?

---

### VIDEO #2

## VIENDO LA REALIDAD: LA MIRADA CONTEMPLATIVA



## NOTAS

[illegible]

# INDIVIDUAL REFLECTION

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**JUAN 8:32**

“Y conocerán la verdad, y la verdad los hará libres”.

**MARCOS  
10:51-52**

“¿Qué quieres que haga por ti?” le preguntó Jesús. El ciego dijo: ‘Rabí, quiero ver’. ‘Ve’, dijo Jesús, ‘tu fe te ha sanado’. Inmediatamente recobró la vista y siguió a Jesús por el camino”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. En el video, una mujer comparte: “Estoy agradecida por aquellos que creyeron en mí incluso cuando yo no creía en mí misma, y estoy agradecida por aquellos que vieron lo bueno en mí, incluso cuando yo no podía verlo. ¿Cómo me veo? ¿Cuándo hay momentos en los que me ha costado ver mi propia bondad? ¿Qué significa para mí verme como un regalo, como un hijo amado de Dios?
3. ¿Hay algún momento en mi vida en el que alguien realmente me vio y creyó en mí? ¿Cómo me afectó esta experiencia?
4. ¿Hay formas en las que me siento tentado a ver a los demás como una carga? ¿Cómo una competencia? ¿Cómo una amenaza? ¿No dignos? ¿Cómo quiero pedirle a Dios que sane mi visión?
5. ¿Qué despiertan en mí las palabras “encuentro”, “diálogo” y “solidaridad”?
6. ¿Mi postura interior es de recepción de los demás o trato de controlar las situaciones y a quienes me rodean? ¿Qué me ayuda a darles a los demás, a la creación y a Dios el espacio para desarrollarse y ser descubiertos?
7. ¿En qué momentos la belleza de la vida ha capturado mi corazón? ¿Cómo puedo cultivar la conciencia de la presencia de Dios en mi vida diaria?
8. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

De una manera muy real,  
cada persona es tierra  
sagrada, porque cada  
persona es un icono del  
Dios vivo.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. La hermana Maria Cristina, SV dice: “Queremos poder mirar a cada mujer y ver, no un proyecto ni una tarea que realizar, ni una discusión que ganar, ni siquiera un bebé que salvar, sino ante todo, como persona, como una hija, hecha a imagen y semejanza de Dios, sagrada, buena, con dignidad y destino”. Discutan esto. ¿Cómo les brinda esto una nueva comprensión de lo que significa servir a una mujer embarazada?
3. San Juan Pablo II define “la mirada contemplativa” como “ser capaz de descubrir en todas las cosas el reflejo del Creador y ver en cada persona su imagen viva” (*Evangelium Vitae*, §83). Nos invita a ver a los demás de una nueva manera. ¿Cómo puedes ver a los demás bajo esta luz? ¿Qué pasa con aquellos con quienes no estás de acuerdo o aquellos que puedes sentirte tentado a considerar indignos? ¿Hay maneras en que esto sea difícil?
4. En *Evangelium Vitae* (*El Evangelio de la vida*), San Juan Pablo II también escribe que la “mirada contemplativa no cede al desánimo ante aquellos que están enfermos, que sufren, que están marginados o que están a las puertas de la muerte; sino que se deja interpelar por todas estas situaciones para buscar un sentido y, precisamente en estas circunstancias, encuentra en el rostro de cada persona una llamada a la mutua consideración, al diálogo y a la solidaridad”. (§83). ¿Cómo podría cambiar mi actitud a la contemplativa? ¿La forma en que encuentras a la gente?

## NOTAS

[illegible]

“

Tener una perspectiva  
contemplativa conduce  
a construir una  
relación auténtica.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia.  
Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero.  
Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu  
amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe  
ser apreciado y protegido. Por favor danos la gracia de ver tu presencia  
en cada persona que encontramos y en todas las circunstancias de  
nuestras vidas.*

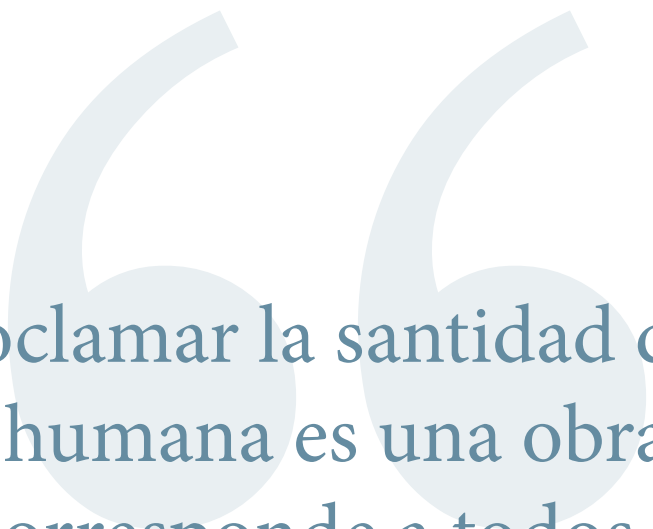
*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo  
y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y será por los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida,  
ruega por nosotros.*



# VIDEO 3

ESTA ES LA OBRA DE DIOS:  
EL PODER DE LA ORACIÓN



“Proclamar la santidad de la vida humana es una obra que nos corresponde a todos, pero es principalmente obra de Dios. Nosotros somos sus instrumentos; es el Espíritu Santo el que se mueve y hace que todo suceda”.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el tercer video, “Esta es la obra de Dios: el poder de la oración”, se invita a los participantes a entrar en una relación de oración con Dios, quien es amor, y a reflexionar sobre la realidad de la oración como fundamento y piedra angular de una cultura de la vida. Proclamar y defender la santidad de la vida humana es una obra que nos pertenece a todos, pero es principalmente obra de Dios. No podemos hacer nada sin Él. Necesitamos estar cimentados en la oración para que nuestras acciones y esfuerzos sean finalmente fructíferos, porque en última instancia es Jesús quien cambia los corazones y las mentes y da vida.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

Describe una experiencia o momento de tu vida en el que te diste cuenta del poder de la oración.

---

### VIDEO #3

## ESTA ES LA OBRA DE DIOS: EL PODER DE LA ORACIÓN



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

### FILIPENSES 4:6-7

“No se inquieten por nada; antes bien, en toda ocasión presenten sus peticiones a Dios y junten la acción de gracias a la súplica. Y la paz de Dios, que es mayor de lo que se puede imaginar, les guardará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús”.

### MARCOS 11:22-24

“Jesús respondió: ‘Tengan fe en Dios. Yo les aseguro que el que diga a ese cerro: ¡Levántate de ahí y arrójate al mar!, si no duda en su corazón y cree que sucederá como dice, se le concederá. Por eso les digo: todo lo que pidan en la oración, crean que ya lo han recibido y lo obtendrán”.

### JEREMÍAS 29:12

“Ustedes me invocarán y vendrán a rogarme, y Yo los escucharé”.

### MARCOS 9:29

“Sus discípulos le preguntaron en privado: ‘¿Por qué no pudimos expulsar nosotros a ese espíritu?’ Y él les respondió: ‘Esta clase de demonios no puede echarse sino mediante oración y ayuno”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. En el video, la hermana Maria Kateri, SV dice: “La oración es una relación personal de amor con el Dios vivo”. ¿Es así como experimento la oración? ¿Cómo se ve la oración en mi propia vida?
3. La hermana Maria Kateri también dice: “Dios desea tu oración. Él desea vivir en ti. No hay nadie que pueda reemplazarte”. ¿Le doy a Dios el tiempo y el espacio para mirarme y revelarme cómo él me ve? Haz una pausa por un momento y pídele a Dios que te muestre cómo te ve.
4. ¿Confío en que Dios se preocupa por mi vida, mis oraciones y la vida de los demás? ¿Cuáles son las barreras que me hacen dudar del cuidado y el poder infinitos de Dios?
5. La hermana Maria Kateri observa: “Hay muchas maneras de orar por la causa de la vida ... cada oración puede ser un acto de amor por aquellos que están heridos por la cultura de la muerte y, en última instancia, por Jesús, quien dijo: “En verdad les digo que, cuando lo hicieron con alguno de los más pequeños de estos mis hermanos, me lo hicieron a mí”. ¿Cómo cambia mi comprensión de la oración y el sacrificio al escuchar estas palabras? ¿De qué manera me siento llamado a orar y ofrecer sacrificio por los demás?
6. La hermana Maria Kateri comparte: “La oración significa permitir que nuestros propios corazones se conviertan primero, abriéndonos a una entrega amorosa a Cristo. Es por eso que la oración nos libera de la autosuficiencia y el agotamiento ... porque estamos apoyando todo nuestro peso en el Dios que creó el cosmos, no en nuestras propias fuerzas”. ¿Hay áreas de mi vida que no me he entregado a Dios y en las que me siento demasiado agobiado o agotado? Imagínate que Jesús está sentado frente a tí en este momento, acercándose a tí e invitándote a poner todas esas cosas que te agobian en sus manos. Tómame un momento para entregarle, uno a uno, todos aquellos ámbitos de tu vida que no le has dado.
7. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

Necesitamos el silencio para poder tocar  
almas. Lo esencial no es lo que decimos,  
sino lo que Dios nos dice a nosotros y a  
través de nosotros. Todas nuestras palabras  
serán inútiles si no vienen de dentro;  
las palabras que no dan la luz de Cristo  
aumentan la oscuridad.

—MOTHER THERESA

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. La hermana Juliana Guadalupe, SV dice: “Orar fuera de una clínica de abortos es ser un contemplativo en la acera en un Calvario moderno. Nos acercamos a una clínica como nos acercaríamos a Jesús colgado en la cruz. ... De una manera real y mística, Jesús crucificado está ahí en los corazones asustados de las madres y en las vidas vulnerables de sus hijos”. ¿Cómo entendiste el acto de orar afuera de una clínica de abortos? ¿Qué nuevas ideas o conocimientos te plantea la visión de la hermana Juliana Guadalupe?
3. La hermana Maria Kateri dice: “Proclamar la santidad de la vida humana es una obra que nos pertenece a todos, pero es principalmente obra de Dios. Somos sus instrumentos; es el Espíritu Santo el que mueve y hace que todo suceda. ... No podemos hacer nada sin Él”. ¿Es esta tu experiencia de trabajo provida? ¿Cómo has o puedes permitir que Dios obre y hable a través de ti?
4. ¿Alguna vez te has sentido agotado? ¿En qué áreas de tu vida te sientes agotado? ¿De qué maneras intentas contrarrestar el agotamiento? ¿Cómo has experimentado la oración como antídoto para el agotamiento?

[illegible]

“

A veces podemos sentirnos insignificantes o que nuestro trabajo ha sido en vano, pero todo lo que se hace en y con el Señor trae consecuencias eternas. Él toma en serio nuestra oración, nuestro amor, nuestra fidelidad y nos permite participar en la salvación del mundo.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia.  
Te pedimos derrames tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para  
que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que  
todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y  
protegido. Por favor danos la gracia de la oración profunda, para que  
estemos unidos a tu corazón, llenos de tu amor y radiantes de tu gracia.  
Te damos permiso para atraer almas a la vida a través de nosotros.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al  
Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por  
los siglos de los siglos*

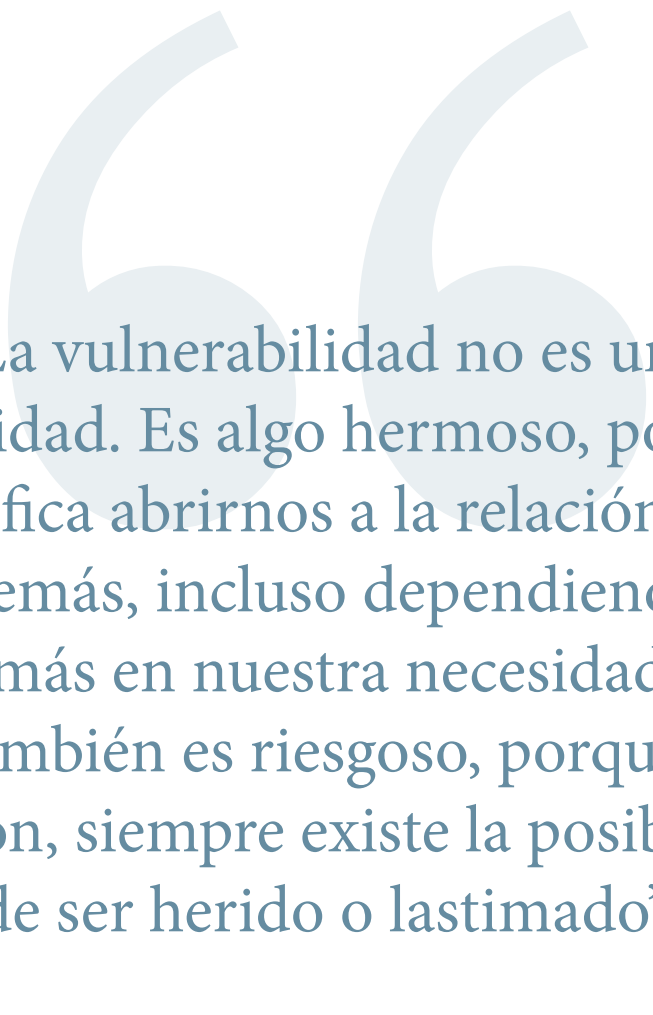
*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida,  
ruega por nosotros.*



# VIDEO 4

---

VULNERABILIDAD:  
UNA CRISIS DE IDENTIDAD



“La vulnerabilidad no es una debilidad. Es algo hermoso, porque significa abrirnos a la relación con los demás, incluso dependiendo de los demás en nuestra necesidad. Pero esto también es riesgoso, porque en la relación, siempre existe la posibilidad de ser herido o lastimado”.

# RESUMEN DEL VIDEO

En este cuarto video, “Vulnerabilidad: una crisis de identidad”, se presenta a los participantes la profunda vulnerabilidad que experimenta una mujer que queda embarazada inesperadamente. Esta experiencia de vulnerabilidad puede conducir a una profunda crisis de identidad, que puede hacer que la mujer entre en un modo de autoconservación. Este deseo de preservar su identidad afecta drásticamente su percepción de las tres opciones disponibles: maternidad, adopción o aborto. Sin el acompañamiento de alguien que la reciba en su vulnerabilidad y crea en ella, podría ver el aborto como su única opción.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Comparte un momento en el que una experiencia de vulnerabilidad te llevó a una victoria/gran comunión en tu vida?

Cuando miras a tu alrededor en tu comunidad y en el mundo, ¿quién es más vulnerable? ¿Quién es fácil de olvidar o ignorar?

---

### VIDEO #4

## VULNERABILIDAD: UNA CRISIS DE IDENTIDAD



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**2 CORINTIOS  
12:9**

“Pero me dijo: ‘Te basta mi gracia, mi mayor fuerza se manifiesta en la debilidad’.

**GÁLATAS 6:2**

“Lleven las cargas unos de otros, y así cumplirán la ley de Cristo”.

**ISAÍAS 41:10**

“No temas, pues yo estoy contigo; no mires con desconfianza, pues yo soy tu Dios; yo te he dado fuerzas, he sido tu auxilio, y con mi diestra victoriosa te he sostenido”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. ¿Cómo veo la vulnerabilidad? ¿En mi mismo? ¿En otros?
3. ¿Ha habido momentos en los que sentí que perdí el control de mi vida? ¿Cuál fue mi respuesta? ¿Cuáles eran mis miedos? ¿Qué me dio esperanza?
4. Según Paul Swope, las mujeres con embarazos en crisis generalmente ven la adopción como la peor forma de muerte de sí mismas. Tómame un momento para hacer una pausa y reflexionar sobre esto. ¿Cómo puedo empatizar con una mujer en crisis? ¿Cuándo he tenido que tomar una decisión difícil que, en última instancia, era por mi bien, pero que en ese momento me pareció una muerte personal?
5. Las Hermanas hablan de cómo las que eligen la vida hacen un acto de fe en sí mismas e incorporan la maternidad a su propia identidad. ¿Ha habido alguna vez en la que he experimentado preguntas o dudas sobre mi identidad, por ejemplo, como cónyuge, padre, estudiante, líder? ¿Cómo respondí a estas dudas? ¿Fui llamado a hacer un acto de fe en mí mismo?
6. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

Las mujeres que consideran abortar y que eligen la vida no necesariamente tienen un mayor amor por los hijos, sino más bien un sentido más profundo de sí mismas. No se sienten amenazadas por su embarazo, sino que creen en sí mismas y en su capacidad de ser madres.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración qué te gustaría compartir con los demás?
2. En el mundo moderno la vulnerabilidad se ve negativamente, pero en la vida cristiana es esencial para la comunión con los demás. ¿Cómo tiende usted a ver la vulnerabilidad? ¿Cuándo has tenido una experiencia de vulnerabilidad que se transformó de algo negativo en una oportunidad de encuentro?
3. En el video escuchamos que, para muchas mujeres, el aborto es una respuesta a la pregunta interior: “¿Cómo puedo preservar mi propia vida?” ¿Cómo reaccionas a esto? ¿Cómo me impactó esta percepción del aborto como un acto de autoconservación en la comprensión de las mujeres que quedan embarazadas inesperadamente? ¿Cómo se puede generar empatía por una mujer que tiene esta experiencia?
4. La hermana María Cristina, SV dice: “Si comenzamos a comprender esta percepción del aborto como autopreservación, podemos comenzar a comprender el alcance de las presiones y tentaciones que enfrenta una mujer embarazada en crisis. Esto nos permite preparar nuestro corazón para recibirla ... para darle el espacio para reflexionar honestamente y reflexionar sobre las preguntas que siente en su corazón. Si se siente comprendida, comenzará a confiar, y una vez que eso suceda podremos responder ... con una verdadera amistad y apoyo práctico (vivienda, ropa, opciones para continuar la educación) y la lista continúa”. ¿Qué te parece este enfoque de caminar con una mujer en crisis? ¿Resuena o no? Explicar.

## NOTAS

[illegible]

“

En el corazón de lo que significa ser pro vida está ver la bondad, la belleza, la capacidad en cada una de las mujeres que acuden a nosotros; reflejarle la verdad de su identidad, para que pueda hacer un acto de fe en sí misma e incorporar la maternidad a su identidad propia.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia.  
Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo  
entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar  
poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida  
es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Que las mujeres que  
se encuentran embarazadas y vulnerables sientan la presencia de tu  
amor y de tu providencia, y se sepan tus amadas hijas*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al  
Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre  
por los siglos de los siglos.*

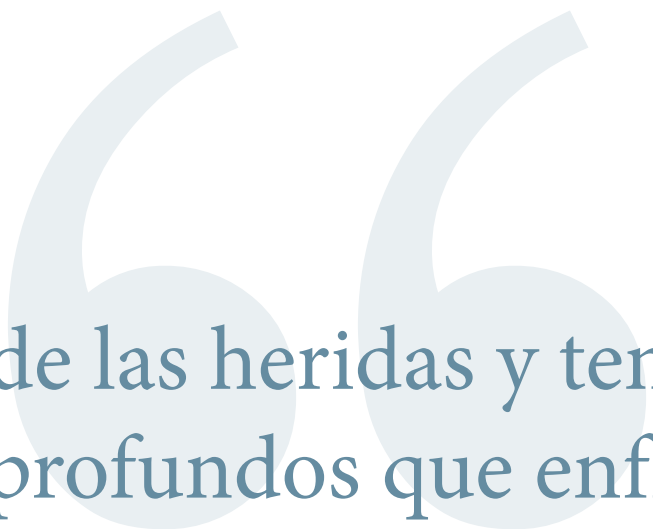
*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida,  
ruega por nosotros.*



# VIDEO 5

---

ESPERANZA Y MIEDO: ENTENDIENDO EL  
CORAZÓN DE UNA MUJER EMBARAZADA



Uno de las heridas y temores  
más profundos que enfrenta  
una mujer embarazada es  
el sentimiento de que está  
completamente sola.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el quinto video, se invita a los participantes a comprender más profundamente los cinco miedos principales en el corazón de una mujer embarazada: (1) Estoy completamente sola, (2) No soy suficiente, (3) Todo depende de mí, (4) No hay lugar para este bebé en el corazón del padre, (5) No hay lugar para este bebé en el corazón de los miembros de mi familia. Comprender estos miedos reales abre un espacio en nuestros corazones para recibirla, apoyarla, amarla, esperar con ella y empoderarla para que haga un acto de fe en sí misma durante este tiempo de crisis.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

## INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

Describe un momento en el que superaste un miedo.

---

### VIDEO #5

## ESPERANZA Y MIEDO: ENTENDIENDO EL CORAZÓN DE UNA MUJER EMBARAZADA



[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**1 JUAN 4:18**

“En el amor no hay temor. El amor perfecto echa fuera el temor”.

**ISAÍAS 41:13**

“Yo, Yavé, soy tu Dios; te tomo de la mano y te digo: ‘No temas, que yo vengo a ayudarte’”.

**1 PEDRO 5:7**

“Depositen en él todas sus preocupaciones, pues él cuida de ustedes”.

**SALMO 34:4**

“Busqué al Señor y me dio una respuesta y me libró de todos mis temores”.

**DEUTERONOMIO  
31:8**

“Yavé irá delante de ti. El estará contigo; no te dejará ni te abandonará. No temas, pues, ni te desanimes”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. La hermana Benedicta, SV dice: “El miedo es una respuesta natural a una situación en la que te sientes impotente y abrumado”.
  - ¿Cuándo me he sentido impotente o abrumado? ¿Cuáles eran mis temores particulares?
  - ¿A qué miedos me aferro ahora? ¿He hablado alguna vez de mis miedos con Jesús? Date el espacio para reflexionar sobre esto e invita a Jesús a hacer brillar su luz en estos lugares. Su amor echa fuera todo temor.
3. Los miedos de una mujer embarazada en crisis son: el miedo a estar sola, el miedo a no ser suficiente, el miedo a tener que resolverlo todo y el miedo a que no haya lugar en el corazón de los demás para el bebé o ella misma. ¿Cómo he experimentado esos miedos en mi propia vida, incluso si no he experimentado un embarazo inesperado? ¿Puedo identificarme con esta experiencia de alguna manera?
4. La hermana Benedicta comparte: “Jesús prometió que ‘el amor perfecto echa fuera todo temor’. Realmente es verdad. Lo vemos todo el tiempo en nuestros propios corazones y en nuestras misiones. Sin embargo, primero debemos conocer a alguien antes de poder amar a esa persona. Por eso es tan importante conocer y comprender los temores comunes que agolpan y abruma el corazón de una mujer cuando descubre que está en un embarazo no planeado”.
  - ¿Quién es alguien a quien he llegado a conocer más profundamente con el tiempo? ¿Cómo ha cambiado mi amor por esa persona a medida que he llegado a conocerla más profundamente?
  - ¿Cómo me ha afectado comprender más las realidades interiores de una mujer en crisis? ¿Cómo cambia mi comprensión de lo que significa acompañar a una mujer en un embarazo inesperado?
5. ¿Ha habido algún momento en mi vida en el que alguien me brindó amor y apoyo para ayudarme a salir de un lugar de miedo? ¿Cómo se sintió eso? ¿Qué aprendí de esa experiencia?
6. ¿En qué momento de mi vida he hecho un acto de fe en mí mismo? ¿Los demás creyeron en mí? ¿Cómo me hizo sentir eso?
7. ¿Hay personas en mi vida a quienes podría sentir que el Señor me llama a acompañar y amar de una manera más intencional?
8. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

Toda mujer desea amar y ser amada. Y una mujer que sabe que es amada es capaz de hacer cualquier cosa.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. Discuta los cinco miedos principales de una mujer embarazada y en crisis. ¿Alguno de ellos te sorprende? ¿Cómo afectan su comprensión de lo que es útil para una mujer en crisis?
3. La hermana Benedicta comparte: “Las mujeres a menudo nos dicen: ‘Mi novio me dijo que me apoyaría en lo que yo decidiera’. Pero no importa lo que él quiera decir con esa afirmación, la mujer lo entiende: él realmente quiere que aborte”. ¿Cómo resalta esto la importancia del lenguaje para afectar la decisión de una mujer sobre su vida o no? ¿Qué es lo que realmente quiere oír una mujer mientras lucha?
4. La hermana Juliana Guadalupe, SV dice: “Nosotras [Hermanas de la Vida] tratamos de ayudarla a ver que no está sola ... Estamos con ella, otros creen en ella y quieren ayudarla; muchos otros la han precedido en un viaje similar, desafiante pero hermoso”. A la luz de los miedos que experimenta una mujer, ¿cómo este enfoque ayuda a aliviar sus miedos? ¿Cómo la ayuda a prosperar?
5. La Hermana Benedicta dice: “Las mujeres tienen la increíble capacidad de sufrir por el otro. Son altruistas. Desafortunadamente, algunas mujeres incluso sufrirán un aborto para salvar una relación”. ¿De qué manera esta cita cambia tu perspectiva sobre la elección que una mujer hace cuando elige el aborto? ¿Es realmente libre en su elección?
6. ¿Cómo te afecta comprender las realidades interiores de una mujer en crisis? ¿Cambia o matiza tu comprensión de lo que significa ser provida?
7. ¿Cuáles son algunas formas en las que puedes ayudar a apoyar y alentar a las mujeres que están embarazadas y tienen dificultades?

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

1. Estoy completamente solo.
2. No soy suficiente
3. Todo depende de mí.
4. No hay lugar para este bebé en el corazón de un padre.
5. No hay lugar para este bebé en el corazón de los familiares.

“

¿Cuántas parejas jóvenes se han sentido temerosas, no necesariamente de que no hubiera un lugar físico, una habitación, una clínica, un hospital para que naciera su bebé, sino de que no habría lugar en los corazones de las personas que importaban; no habría lugar en los corazones de los padres de la joven? ¿Cuántas veces una joven ha ido vagando, confundida, sabiendo que no había lugar en el corazón del hombre que la había dejado embarazada? ¡Qué pobreza!

—CARDINAL O’CONNOR

”

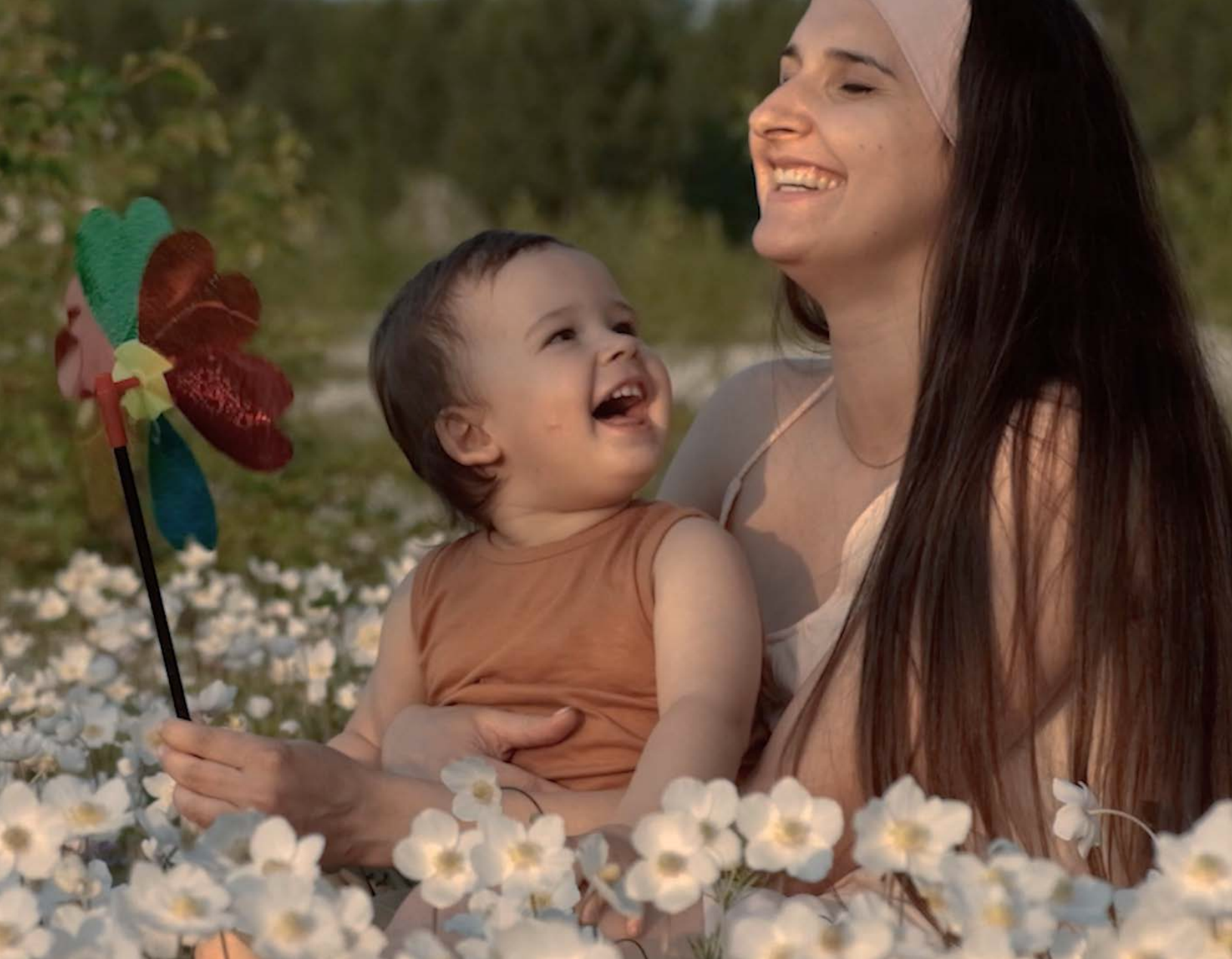
## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia.*

*Te pedimos derrames tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Que la claridad y el poder de tu amor disipen los temores de cualquier mujer embarazada y vulnerable al aborto, y les dé el valor para seguir adelante con esperanza.*

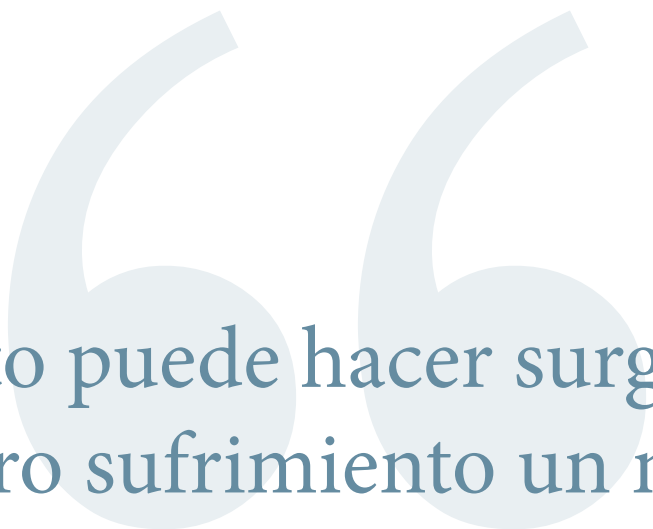
*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 6

ÉXODO DEL MIEDO:  
ACOMPAÑÁNDOLA A LA VIDA



Cristo puede hacer surgir de nuestro sufrimiento un mayor bien e incluso una alegría. Él, que es amor, es la respuesta a la pregunta del sufrimiento.

# RESUMEN DEL VIDEO

En este sexto video, se invita a los participantes a contemplar la postura de corazón necesaria para caminar con una mujer embarazada a través de sus miedos. Una mujer que está luchando con la realidad de su embarazo a menudo puede encontrarse en un estado de confusión, oscilando entre la ansiedad y la esperanza. Necesita alguien que la acompañe y crea en su bondad, para que pueda creer que es fuerte, capaz y hermosa. Es dándole espacio para llorar, soñar, tener esperanza, expresar su corazón y experimentar los movimientos de la gracia en su situación que podrá superar el miedo y entrar en la vida y el florecimiento.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Cuál es una de las victorias en tu vida? ¿Un obstáculo que superaste?

---

### VIDEO #6

## ÉXODO DEL MIEDO: ACOMPAÑÁNDOLA A LA VIDA



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**ÉXODO**  
**14:13, 14**

“Moisés contestó al pueblo: ‘¡No se asusten, permanezcan firmes! Vean la obra de Yavé y cómo él los salva hoy. Miren a esos egipcios a los que nunca más volverán a ver. Yavé peleará por ustedes, y ustedes solamente mirarán”.

**2 CORINTIOS**  
**3:17**

“El Señor es espíritu, y donde está el Espíritu del Señor hay libertad”.

**SALMO 118:5**

“Al Señor, en mi angustia, yo clamé, y me respondió sacándome de apuros”.

**ISAÍAS 61:1**

“¡El Espíritu del Señor Yavé está sobre mí! sepan que Yavé me ha ungido. Me ha enviado con un buen mensaje para los humildes, para sanar los corazones heridos, para anunciar a los desterrados su liberación, y a los presos su vuelta a la luz”.

**JUAN 8:36**

“Por tanto, si el Hijo los hace libres, ustedes serán realmente libres”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. ¿De qué manera he tratado de evitar, escapar o rechazar el sufrimiento? ¿De qué maneras he visto a Cristo sacar bien del sufrimiento?
3. La hermana Juliana Guadalupe dice que “nadie puede ser totalmente autosuficiente. Estamos hechos a imagen de Dios que es comunión. Ninguna persona debería ser autosuficiente porque fuimos hechos para vivir en comunidad”. ¿Cuáles son las comunidades en las que vivo? ¿Cómo me siento sostenido y valorado por mi comunidad? ¿Qué haría yo si esas comunidades no existieran?
4. La hermana Benedicta dice: “Tratamos de caminar a través de la agitación con [mujeres que están embarazadas y en dificultades] – escuchando bien, discerniendo las voces que hablan en su vida. ¿Quiénes son estas voces? ¿De dónde vienen estas voces? ¿Quién está hablando? ¿Es Dios? ¿Es el malvado? ¿Qué dice su corazón? La respuesta está realmente dentro de su corazón, sólo tenemos que ayudarla a descubrirla”. ¿Estoy familiarizado con la dinámica de intentar discernir entre voces en mi propio corazón? ¿Cuáles son ejemplos de ocasiones en las que tuve dificultades para discernir entre la voz de Dios, la voz del maligno y mi propia voz? ¿Cuándo he experimentado el acompañamiento de alguien que fue capaz de decir la verdad en espacios o situaciones de confusión?
5. La Hermana Maeve nos anima a “pedir al Señor de la vida que ponga en vosotros un amor sobrenatural por ella” (la mujer con la que caminas). Tómese un momento ahora para recordar a las personas en mi vida que están luchando o con las que yo lucho. Pídele a Jesús que te dé su gracia para acompañarlos bien.
6. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## NOTAS

[illegible]

“

Nuestras vidas no son un éxito porque no tengamos dificultades: la medida del éxito de nuestras vidas es cómo respondemos a las dificultades.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. La hermana Maeve comparte que “las mujeres que están embarazadas y tienen dificultades a menudo experimentan una especie de ‘cambio de rumbo’ en sus corazones ... “Un día quiero ser madre y al día siguiente no puedo ni imaginarlo”. ¿Cómo se origina esta confusión? ¿Cómo revela hasta qué punto este embarazo afecta la autocomprensión de una mujer? ¿Cómo afecta esto tu comprensión de las condiciones y disposición de corazón que una mujer necesita para tomar una decisión libre? ¿Cómo preparar tu corazón para caminar con una mujer en crisis?
3. También debemos dejar que Dios expulse nuestro miedo. ¿A qué temes cuando sirves a los demás? ¿Al servicio de quienes luchan contra un embarazo inesperado? ¿Al servir a otros que te resultan difíciles?
4. La hermana Maeve dice que “podemos ser una voz de fe, creyendo lo suficiente en su bondad [una mujer en crisis] para los dos hasta que ella sea capaz de hacer un acto de fe en sí misma”. ¿Cuándo has experimentado que alguien cree en ti? ¿Cómo influyó esto en tu autocomprensión? ¿Cómo estás siendo llamado a ayudar a otros a creer en su bondad y en las gracias que el Señor les está dando?

[illegible]

“

La mujer que tienes frente a ti necesita saber que ella es fuerte, buena, digna de confianza y capaz de amar. Creer en esta verdad puede darle la fortaleza para elegir el amor en libertad.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Por favor, libera de la esclavitud, la confusión y el caos a cualquier mujer que esté embarazada y sea vulnerable al aborto, y dales tu paz.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 7

---

ALEGRÁNDONOS POR ELLA:  
NUESTRA DISPOSICIÓN DE CORAZÓN



Hay tres disposiciones  
esenciales del corazón  
cuando hablamos con una  
mujer en crisis: la oración,  
la serenidad y el deleite.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el séptimo video, “Alegrándonos por ella: nuestra disposición de corazón”, se invita a los participantes a explorar las tres disposiciones esenciales del corazón necesarias al hablar con una mujer en crisis: oración, serenidad y deleite. Es esencial arraigarnos en la oración y dejarnos conmover por la bondad de la mujer que tenemos ante nosotros. Esto nos permite verla como una hija amada de Dios, con sueños y destino propios, no como un proyecto, un obstáculo o una discusión a ganar. Cuando una mujer es capaz de verse a sí misma como un regalo, bella y buena, es capaz de avanzar con esperanza y recibir la vida de su hijo como un regalo.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

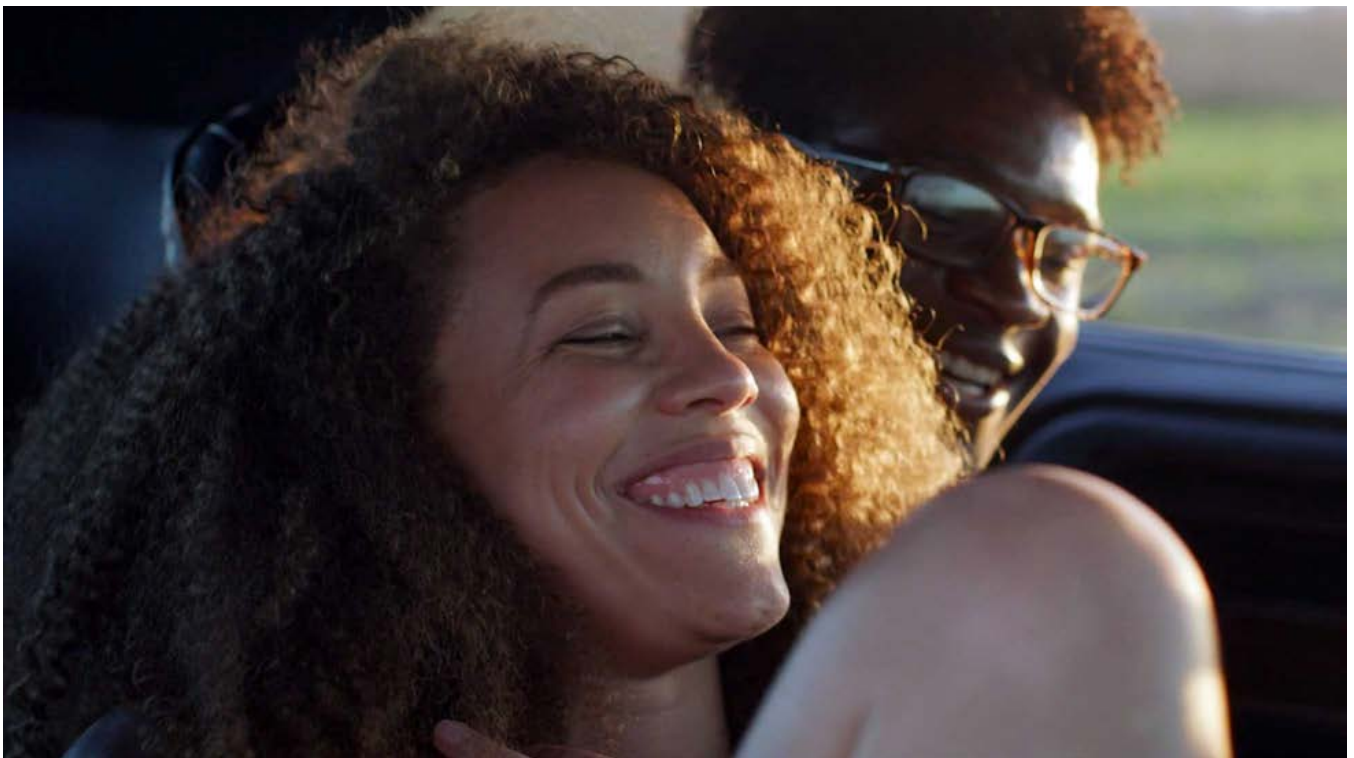
## PREGUNTA INTRODUCTORIA

Describe un momento en el que te sentiste festejado y que alguien más se deleitaba contigo.

---

### VIDEO #7

## ALEGRÁNDONOS POR ELLA: NUESTRA DISPOSICIÓN DE CORAZÓN



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**ISAÍAS 62:4**

“Porque Yavé se complacerá en ti”.

**MATEO 3:17**

“Este es mi Hijo, el Amado; éste es mi Elegido”.

**SOFONÍAS  
3:17**

“El Señor tu Dios está en medio de ti, Guerrero victorioso;  
Se gozará en ti con alegría, En Su amor guardará silencio, Se regocijará por ti con cantos de júbilo”.

**SALMO 18:19**

“Me sacó a un espacio abierto, me salvó porque me amaba”.

**SALMO 149:4**

“Pues el Señor se siente bien con su pueblo, con su salvación reviste a los humildes”.

# PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. La hermana Benedicta dice: “Una vez leí un poema que decía: ‘Pisa con cuidado porque pisas mis sueños’. Cuando acompañamos a una mujer embarazada esto es lo que experimentamos: lo único que ella tiene son sus sueños y los pondrá a nuestros pies y luego nos pedirá que pisemos con cuidado. Por eso es tan importante para nosotros posicionarnos con humildad ante quienes nos encontramos”. ¿Cuándo hubo un momento en el que mis mejores planes o sueños salieron mal? ¿Cómo me sentí? ¿Cómo lo superé? ¿Hubo alguien en particular o algún momento específico en el que experimenté un acompañamiento genuino?
3. La hermana Benedicta dice: “El amor es, ante todo, el acto de que otro conmueva mi corazón: me siento atraída por otro. Amar al otro es manifestar ese deleite. Dejarme mover por otro”. ¿Cuándo realmente me he deleitado con otra persona? ¿Cómo podría describir este momento?
4. La hermana Maeve dice que es importante no abordar a la otra persona como una tarea: “Estoy de acuerdo en abrir mi corazón y entablar una relación de amor, y para ello debo abordar cada encuentro con un estado interior de serenidad. ... Mi objetivo es dejarle la experiencia de que ha sido amada”. ¿He tenido alguna vez la experiencia de ser recibido por alguien que parece no tener nada más que tiempo para mí? ¿Cómo fue la experiencia?
5. Desarrollar una disposición de serenidad puede ser un desafío en nuestro mundo acelerado y orientado a las tareas. ¿Cómo podría empezar a cultivar un estado interior de serenidad en mi propia vida y mis relaciones?
6. La hermana Maeve dice: “Es verdaderamente un trabajo privilegiado estar con otros, sentarnos en su presencia para que podamos descubrir con los ojos de Dios y su gracia, la bondad que creó, la belleza que hizo, la fuerza que desea dar, y nosotros, por nuestra parte, nos regocijaremos en sus regalos”. ¿He considerado el tiempo que dedico a servir a otros como un privilegio o como una carga? ¿Cómo podrían ayudarme las palabras de La Hermana Maeve a recibir el don del otro, que me confía su corazón?
7. ¿Cómo me permite la oración adoptar la postura de ver al otro como un regalo?
8. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## Disposiciones del Corazón

1. Oración

2. Serenidad

3. Deleite

## NOTAS

[illegible]

“

Cuando alguien se abre a ti, comparte contigo su vulnerabilidad y fragilidad, de una manera real, te está confiando su corazón. ¡Qué tremendo privilegio!

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. En su trabajo como psicóloga clínica, la Madre Agnes Mary y sus colegas descubrieron que las madres que tenían la presión adicional de cuidar a un niño con autismo eran mejores madres cuando sus maridos se deleitaba con ellas y afirmaba su capacidad como madres. Esto permitió a las madres entregarse a su maternidad con aún mayor amor y confianza. ¿Cómo impacta esta idea sobre la importancia de deleitarse en el otro la forma en que usted puede acercarse a su familia, su iglesia, su comunidad y las personas a las que sirve?
3. La hermana Maeve explica que si la mujer a la que servimos no siente que la amamos por quien es, creará que nuestras acciones no están motivadas por su valor y bondad, sino por nuestra bondad. En otras palabras, se sentirá como un proyecto. ¿Cómo podrías protegerte de ver a las personas como proyectos? ¿En contra de verse a sí mismo y a su propia bondad como el centro de su servicio?
4. La hermana Benedicta dice que “el deleite no es un trabajo que nos agota, sino que nos anima y el esfuerzo se vuelve casi sin esfuerzo”. ¿Se permite el tiempo y el espacio para deleitarse con aquellos a quienes sirve? En caso afirmativo, ¿cómo le ha impactado esto? ¿Sientes que este deleite te eleva?
5. Deleitarse en el otro puede convertirse en una cura para el agotamiento. Para tener el tiempo y la oportunidad de deleitarnos en otro necesitamos reconocer y conocer nuestras propias limitaciones. Como dice la hermana Benedicta: “No somos el salvador. Jesús es. Y tenemos que dejarlo en paz”. ¿Eres capaz de reconocer tus propias limitaciones? ¿Hay cosas en tu vida que necesitas dejar de lado para tener el tiempo y el espacio para deleitarte con los demás?

[illegible]

“

Es muy importante para nosotros posicionarnos humildemente ante quienes nos encontramos: ella es una persona de infinita dignidad y, como yo, tiene fragilidades y vulnerabilidades humanas.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia.  
Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero.*

*Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Por favor ayuda a las mujeres embarazadas y vulnerables a conocer la verdad de sí mismas como un regalo – escogidas, amadas y hermosas – y dales toda la gracia para elegir la vida y el florecimiento para ellas y sus hijos.*

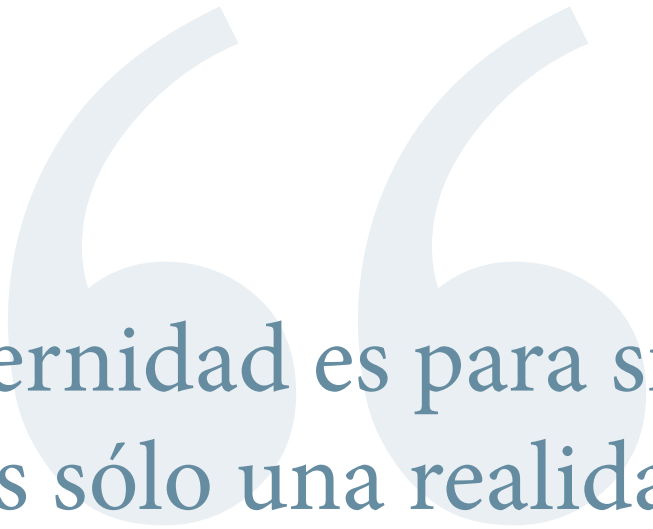
*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y será por los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida,  
ruega por nosotros.*



# VIDEO 8

LA MATERNIDAD ES PARA SIEMPRE:  
ESPERANZA Y SANACIÓN DESPUÉS DEL ABORTO



La maternidad es para siempre.  
No es sólo una realidad en  
este mundo. Es una realidad  
en la vida eterna.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el octavo video, “La maternidad es para siempre: esperanza y sanación después del aborto”, se invita a los participantes a comprender la realidad de lo que sucede en el corazón de una mujer después de la experiencia del aborto, y cómo acercarse y caminar delicadamente con una mujer que ha sufrido esta experiencia. Aunque el vídeo se centra claramente en acompañar a las mujeres, los hombres también suelen sufrir profundamente tras la experiencia del aborto. El aborto a menudo trae una sensación de pérdida y un profundo dolor emocional, espiritual, psicológico y relacional. Alguien que ha experimentado un aborto necesita ser recibido con misericordia, bondad y solidaridad, y debe dársele espacio para llorar. A menudo necesita ser invitada a encontrar a Jesús, que la busca con su infinito amor y misericordia, deseoso de perdonar, sanar y restaurar.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Qué ves en el mundo que te da esperanza?

---

### VIDEO #8

## LA MATERNIDAD ES PARA SIEMPRE: ESPERANZA Y SANACIÓN DESPUÉS DEL ABORTO



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**SALMOS**  
**147:3**

“Él sana los corazones destrozados y venda sus heridas”.

**MATEO**  
**11:28-30**

“Vengan a mí los que van cansados, llevando pesadas cargas, y yo los aliviaré. Carguen con mi yugo y aprendan de mí, que soy paciente y humilde de corazón, y sus almas encontrarán descanso. Pues mi yugo es suave y mi carga liviana”.

**JEREMÍAS**  
**30:17**

“Yo voy a devolver el vigor a tu cuerpo y voy a sanar tus llagas, dice Yavé”.

**MIQUEAS**  
**7:19**

“Una vez más te compadecerás de nosotros, pisotearás nuestras faltas. Tira, pues, al fondo del mar todos nuestros pecados”.

# PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. Imagina a Jesús de pie ante ti, mirándote con bondad y una mirada de profundo amor. No importa lo que hayas hecho o dejado de hacer en tu vida, él te mira así. Permítete encontrar su mirada.
3. ¿Hay heridas, pecados o recuerdos del pasado que quiero llevarle a Jesús? ¿Hay algo que pesa en mi corazón y de lo que quiero liberarme? Invita a Jesús a esos lugares. No se esforzará; él espera tu invitación. Quiere perdonar, sanar y hacer nuevas todas las cosas.
4. No hay pecado ni oscuridad mayor que la misericordia de Jesucristo. ¿Cómo me invita el Señor a ser sanado por su amor? ¿Puedo permitirme creer en su infinita misericordia, que siempre se me ofrece?
5. ¿He experimentado yo o alguien que conozco la herida del aborto? ¿Estoy abierto a caminar hacia la sanación? ¿Estoy dispuesto a hablar con alguien sobre esto? ¿Estoy abierto a permitir que el Señor me ame y me restaure?
6. ¿Cómo me llama el Señor a ser testigo e instrumento de gracia y sanación en mi familia? ¿Mis comunidades? ¿El mundo?
7. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros? (Tenga en cuenta que este conjunto de preguntas es potencialmente más difícil de compartir y está bien compartir tanto o tan poco como se sienta cómodo).

## Para obtener información sobre la sanación después del aborto:

### **Hermanas de la vida**

<https://sistersoflife.org/healing-after-abortion/>

EE.UU.: 866-575-0075

Canadá: 416-463-2722

Internacional: [Hopeandhealing@sistersoflife.org](mailto:Hopeandhealing@sistersoflife.org)

### **Proyecto Rachel**

<https://esperanzadespuésdelaborto.com/>

Una iniciativa de la Conferencia de Obispos Católicos de Estados Unidos, con recursos y apoyo a nivel nacional y diocesano

### **Recursos locales**

Proporcione a los participantes información sobre los recursos locales que se ofrecen en su área (puede considerar preparar un folleto complementario con recursos locales e información de contacto asociada). Se recomienda encarecidamente que, si el facilitador proporciona un folleto complementario, se lo entregue a cada participante para que no tengan que pedir estos recursos delante del grupo.

## NOTAS

[illegible]

“

Dios no nos condena a vivir en nuestros pecados o fallas. En su misericordia, él actúa para traer nueva vida de nuestras heridas.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás? (Tenga en cuenta que este conjunto de preguntas de reflexión es potencialmente más difícil de compartir y está bien compartir tanto o tan poco como se sienta cómodo).
2. ¿En qué se diferencia el enfoque de la experiencia del aborto en este video de la forma en que el mundo suele abordar el aborto? En particular, ¿qué te llamó la atención?
3. La Hermana Benedicta dice que, respecto al debate sobre el aborto, “siempre queremos hablar desde un lugar de misericordia, no de juicio. ... Las declaraciones críticas pueden ser muy dañinas para alguien que puede estar sufriendo miedo al rechazo o a la autocondena. Queremos invitar a la gente a encontrar el rostro de la misericordia en la Iglesia, no ahuyentarlos”. ¿Cómo podrías sentirte tentado a juzgar a las mujeres que han experimentado la herida del aborto? ¿Por qué es importante ser tan sensible a la realidad de la herida que deja el aborto? ¿Cómo al reconocer la verdad de la herida del aborto con misericordia crea una cultura de sanación?
4. ¿Cómo y por qué es tan importante nuestro lenguaje sobre el aborto?
5. La Hermana Benedicta dice que “no importa qué elección haga una mujer con respecto a su embarazo, si elige ser madre, hacer un plan de adopción o sufre un aborto, la maternidad es para siempre. No es sólo una realidad en este mundo sino que es una realidad en la vida eterna”. ¿Cómo puede traer esperanza entender la maternidad como eterna?
6. La hermana Maria Cristina dice: “Nunca debemos presionar a alguien para que busque ayuda en su viaje de sanación. Podemos ver sufrir a alguien a quien amamos, pero a menudo pasan décadas antes de que una mujer esté lista para enfrentar un aborto pasado. Queremos ser un oído compasivo y atento, y hacerle saber que hay ayuda disponible, pero ser amables y dejar que Dios obre en su momento”. ¿Por qué es tan importante darle a alguien el espacio para avanzar a su propio ritmo en el viaje de la sanación?

7. En Cruzando el umbral de la esperanza, San Juan Pablo II reconoce el profundo dolor que deja el aborto y habla de la importancia de la “solidaridad radical” con una mujer que ha sufrido después del aborto y dice que “no es correcto dejarla sola”. “¿Cuáles son las nuevas formas de responder al llamado a esta solidaridad y de “recoger los pedazos para que no se pierdan” (Juan 6:12)?
8. También es importante reconocer que los hombres sufren profundamente después de la experiencia del aborto. ¿Cómo podemos ayudar a crear una cultura en la que tanto mujeres como hombres tengan el espacio para llorar los abortos pasados, encontrar la misericordia de Jesucristo y ser bienvenidos en un viaje de sanación?

## NOTAS

[illegible]

“

Dios tiene un plan único y hermoso de sanación para cada persona. Él quiere hacer nuevas todas las cosas en nuestro corazón, nuestra mente, nuestra alma, no sólo una o dos veces, sino todos los días.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Oramos por todos aquellos que sufren después del aborto, para que conozcan tu tierno amor, perdón y misericordia. Que sepan profundamente que los amas, que nunca has dejado de amarlos y que tienes un plan para su libertad, sanación y florecimiento.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.*

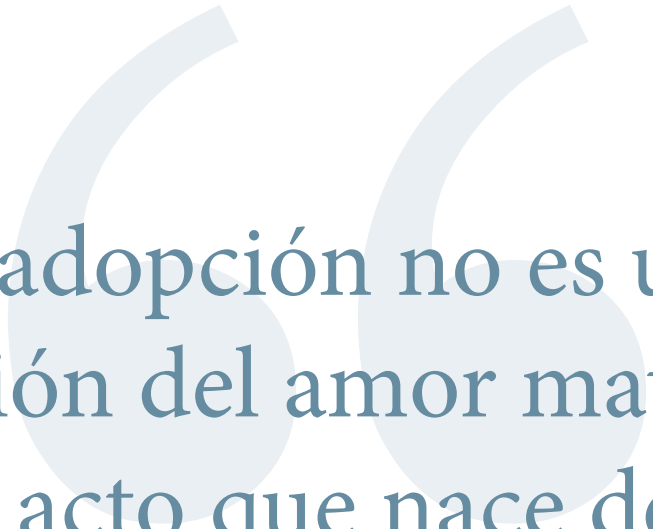
*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 9

---

LA MATERNIDAD ES PARA SIEMPRE:  
LA ADOPCIÓN



La adopción no es una  
negación del amor maternal,  
sino un acto que nace del amor.

# RESUMEN DEL VIDEO

En este noveno video, “La maternidad es para siempre: la adopción”, se invita a los participantes a analizar la realidad de la adopción. Una mujer necesita reconocer su propia bondad y valor para poder discernir ante Dios si criar o dar en adopción a su hijo. Sólo ella puede responder a la pregunta: “¿Qué es lo más amoroso que puedo hacer por mi hijo?”. Ella necesita acompañamiento y apoyo para tomar con libertad la mejor decisión para la vida de su hijo y para su propio corazón.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

## INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Cuándo fue un momento  
en el que te sentiste  
bienvenido en la vida/  
hogar/corazón de alguien?

---

VIDEO #9

## LA MATERNIDAD ES PARA SIEMPRE: LA ADOPCIÓN



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

### ROMANOS 8:15-17

“Ustedes no recibieron un espíritu de esclavos, sino el espíritu propio de los hijos, que nos permite gritar: ‘¡Abba!, o sea: ¡Papá!’ El Espíritu asegura a nuestro espíritu que somos hijos de Dios. Siendo hijos, somos también herederos; la herencia de Dios será nuestra y la compartiremos con Cristo. Y si hemos sufrido con él, estaremos con él también en la Gloria”.

### ROMANOS 8:22-25

“Vemos que la creación entera gime y sufre dolores de parto. Y también nosotros, aunque ya tengamos el Espíritu como un anticipo de lo que hemos de recibir, gemimos en nuestro interior mientras esperamos nuestros derechos de hijos y la redención de nuestro cuerpo. Estamos salvados, pero todo es esperanza. ¿Quieres ver lo que esperas? Ya no sería esperar; porque, ¿puedes esperar lo que ya ves?’ Esperemos, pues, sin ver, y lo tendremos, si nos mantenemos firmes”.

### 2 CORINTIOS 6:18

“Yo seré un padre para ustedes, y ustedes serán mis hijos e hijas, dice el Señor, Dueño del universo”.

## GÁLATAS 4:4-5

“Pero, cuando llegó la plenitud de los tiempos, Dios envió a su Hijo, que nació de mujer y fue sometido a la Ley, con el fin de rescatar a los que estaban bajo la Ley, para que así recibiéramos nuestros derechos como hijos”.

## JEREMÍAS 29:11

“Porque yo sé muy bien lo que haré por ustedes; les quiero dar paz y no desgracia y un porvenir lleno de esperanza”.

# PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mi corazón? ¿Que fuera nueva para mí?
2. La Hermana Jiuliana Guadalupe, SV, dice que “muchas gente piensa que la solución obvia al problema del aborto es la adopción... Sin embargo, hoy en día, la adopción es una opción muy poco frecuente para las mujeres jóvenes que enfrentan embarazos inesperados”. ¿Cómo he visto la adopción? ¿Este video ha cambiado o alterado de alguna manera mi comprensión de la adopción? De ser así, ¿cómo?
3. San Pablo escribe: “Hemos recibido el espíritu de adopción” (Romanos 8:15). Como cristianos bautizados, somos hijos e hijas adoptivos de Dios. ¿He reflexionado sobre la profundidad de esta realidad? Tómame un tiempo ahora para reflexionar sobre la maravillosa verdad de que eres un hijo amado de Dios, rescatado de la muerte por la sangre de Jesús. ¿Cómo cambia esta comprensión mi forma de afrontar la vida?
4. La Hermana Ave Maria, SV, afirma que “las mujeres con embarazos en crisis a menudo perciben la adopción como la peor opción, porque la ven equivalente a ser una ‘mala madre’, como alguien que ‘entregó a su hijo’. A menudo, una mujer equipara la adopción con el fracaso”. ¿En qué momentos de mi vida he sentido que fracasé? ¿Me he dejado definir por esa percepción de fracaso? ¿Cómo puede mi experiencia de fracaso ayudarme a comprender mejor la lucha de muchas mujeres para considerar la adopción?
5. La Hermana Juliana Guadalupe, SV, afirma: “La adopción no es negar los sentimientos, sino un acto de amor” y que “no importa si una mujer llora; no importa si se emociona durante todo el proceso”. ¿Por qué es tan importante dar espacio a las emociones de los demás? ¿Cómo atender mi propio estado emocional me ayuda para acompañar a los demás de forma más plena y auténtica?
6. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con los demás?

## NOTAS

[illegible]

“

Una vez que ella es capaz de verse a sí misma como un regalo, a su hijo como un regalo, y de aceptarse como madre, entonces es capaz de enfrentar las preguntas de su corazón.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?
2. La Hermana Juliana Guadalupe, SV, explica que “dar en adopción no significa renunciar a la maternidad. La maternidad es para siempre. Por lo tanto, es importante ser sensibles a esta realidad al hablar de adopción. Nunca usamos el lenguaje de ‘renunciar’ o ‘entregar’ a un niño, sino más bien de ‘hacer un plan para la vida del niño’ o ‘confiarle el niño a una familia’”. ¿Por qué es tan importante ser sensibles al hablar de la adopción? ¿Cómo puede la forma en que hablamos de ella cambiar la comprensión de la misma?
3. La Hermana Juliana Guadalupe, SV, afirma que, si bien muchos creen que el mejor momento para hablar de la adopción es cuando una mujer está considerando un aborto o está a punto de hacerlo, las Hermanas de la Vida han descubierto lo contrario. Sugerir la adopción en un momento de crisis puede subrayar sentimientos de incompetencia, confusión o fracaso para la madre, pero a través del acompañamiento, puede llegar a verse a sí misma y a su hijo como un regalo. Una vez que se acepta como madre, puede abordar las preguntas de su corazón sobre las decisiones de crianza y adopción. ¿Te sorprende este consejo? ¿Por qué es tan importante permitir que una mujer se vea como un regalo y como una madre antes de iniciar cualquier conversación sobre la adopción?
4. ¿Cómo sugiere la Hermana Ave Maria, SV, que responda si una mujer le pregunta qué cree que debería hacer al decidir entre la adopción y la crianza? ¿En qué y por qué es diferente esto a si una mujer menciona que está considerando un aborto?
5. La Hermana Ave Maria, SV, dice: “Nuestro papel es permitirnos experimentar profundamente la bondad de esta mujer, reflejar esa bondad en ella, ser un espacio de aliento y, lo más importante, mantener la esperanza de que los planes de Dios para ella y su hijo son buenos y hermosos”. ¿Cómo nuestra disponibilidad y apertura crean el espacio para que una mujer discierna con libertad y verdad?

[illegible]

## NOTAS

[illegible]

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Oramos de manera especial por todos aquellos que están discerniendo la adopción en este momento; que conozcan tu poderosa presencia y confíen profundamente en tu amor por ellos y sus hijos.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y será por los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 10

ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU ESENCIA:  
EL ARTE DE ESTAR PRESENTE



El trabajo principal  
del acompañamiento  
es escuchar con los  
oídos del corazón.

# RESUMEN DEL VIDEO

En el décimo video, “Escuchando a una persona en su esencia: el arte de estar presente”, los participantes exploran el poder de la escucha y la presencia en el trabajo de acompañar a otra persona en la vida. Escuchar es un conjunto de habilidades que demuestran que entendemos los pensamientos y sentimientos, desde el punto de vista de la otra persona. Cuando una persona comparte su historia y se siente verdaderamente escuchada, puede encontrar la fuerza y el apoyo para avanzar en el viaje del corazón que Dios ha planeado para esa persona.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; Que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den un testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

## INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

¿Alguna vez has conocido a alguien que estuvo totalmente presente para ti en una conversación?  
¿Cómo te hizo sentir eso?

---

### VIDEO #10

## ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU ESENCIA: EL ARTE DE ESTAR PRESENTE



## This image shows a full page of white paper with evenly spaced, light gray horizontal lines. The lines run across the width of the page, leaving small gaps between them, typical of standard notebook or legal stationery. There are no margins, text, or other markings present.

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**ROMANOS  
12:15**

“Alégrense con los que están alegres, lloren con los que lloran”.

**GÁLATAS  
5:22-23**

“El fruto del Espíritu es caridad, alegría, paz, comprensión de los demás, generosidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio de sí mismo”.

**ROMANOS  
15:5**

“Que Dios, de quien procede toda perseverancia y consuelo, les conceda también a todos vivir en buen acuerdo, según el espíritu de Cristo Jesús”.

**JUAN 15:13**

“No hay amor más grande que dar la vida por sus amigos”.

# PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. La hermana Maria Kateri, SV dice que “la forma en que hablamos y escuchamos a los demás es esencial para la salud de una relación”. Para desarrollar una relación fructífera y significativa, debemos descubrir el corazón del otro, debemos conocerlo y comprenderlo. ¿Hay algún momento en mi vida en el que me he sentido realmente escuchado y comprendido por otra persona? ¿Cómo supe que la otra persona realmente me escuchó? ¿Cómo me hizo sentir esto?
3. La hermana Maria Kateri explica que “la principal labor del acompañamiento es escuchar con los oídos del corazón”. ¿Qué significa esto para mí? Cuando otra persona me habla, ¿con qué frecuencia estoy haciendo otra cosa al mismo tiempo? ¿Hay ocasiones en las que dejé todo lo que estoy haciendo y simplemente escucho? ¿Qué me obliga a prestar toda mi atención a otro?
4. Antes de este video, ¿habría dicho que soy un buen oyente? Después de aprender más sobre la habilidad de escuchar, ¿dónde puedo identificar margen de mejora en mi capacidad de escuchar?
5. El Papa Francisco, en *Evangelii Gaudium* (*La alegría del Evangelio*), explica que el acompañamiento “nos enseña a quitarnos las sandalias ante la tierra sagrada del otro ... [y] a hacer presente la fragancia de la cercanía de Cristo y de su mirada personal” (§ 169). En presencia de Jesús, tómame un momento para recordar a aquellos con quienes trabajas o sirves. Pídele a Jesús que te ayude a ver el carácter sagrado de aquellos con quienes te encuentras.
6. La hermana Ave Maria, SV dice: “Demostrar nuestra comprensión también nos otorga ... el derecho de ofrecer consejos, de hablar sobre su situación, porque ella confía en nosotros. Confiamos en que quienes más conocemos nos entienden”. Piense en esas ocasiones en las que alguien me ofreció un consejo o cuando yo le ofrecí un consejo a otra persona y no fue bien recibido. ¿Qué hubo en esos momentos que impidió que los consejos fueran bien recibidos? ¿Qué me ayuda a recibir buenos consejos? ¿Por qué es eso?
7. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## Escuchar

Un conjunto de habilidades que demuestran que entendemos los pensamientos y sentimientos desde el punto de vista de la otra persona.

## NOTAS

[illegible]

“

[El acompañamiento]  
nos enseña a quitarnos  
las sandalias ante el suelo  
sagrado que es el otro ... [y]  
a hacer presente el aroma de  
la cercanía de Cristo y de su  
mirada personal.

—PAPA FRANCISCO

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración qué te gustaría compartir con los demás?
2. La hermana Ave Maria habla de los miedos de quienes trabajan con mujeres embarazadas: miedo a decir algo incorrecto o a no saber qué decir. También dice que en lugar de preocuparte por lo que dices, tu bondad y sinceridad brillarán. ¿Cómo una postura de recibir el corazón de otra persona y acompañarla (en lugar de arreglar un proyecto) te permite dejar de lado los posibles miedos que puedas tener?
3. Cheryl Richardson, experta en acompañamiento personal, dijo que “las personas comienzan a sanar en el momento en que se sienten escuchadas”. ¿Cómo intentas demostrar que comprendes a alguien a quien estás escuchando para que esa persona realmente se sienta reconocida y escuchada? ¿Hay alguna técnica de escucha nueva que tengas curiosidad de probar?
4. ¿En qué se diferencia escuchar de poder repetir palabra por palabra lo que otra persona ha dicho?
5. ¿Por qué es importante hablar desde la perspectiva de “tú”? ¿Cómo aleja esto la conversación de nosotros mismos?
6. La hermana Maria Kateri habla de la importancia de comprender una situación desde la perspectiva del otro. ¿Cómo podemos asegurarnos de entender lo que la otra persona ha dicho desde su perspectiva y no desde la nuestra?

[illegible]

“

Acompañar a alguien  
significa caminar con él,  
ofrecerle compañía y apoyo  
en el camino, pasar tiempo  
con el otro.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Oramos por la gracia de estar verdaderamente presente para aquellos con quienes nos encontramos, para que a través de nosotros puedan experimentar tu amorosa presencia.*

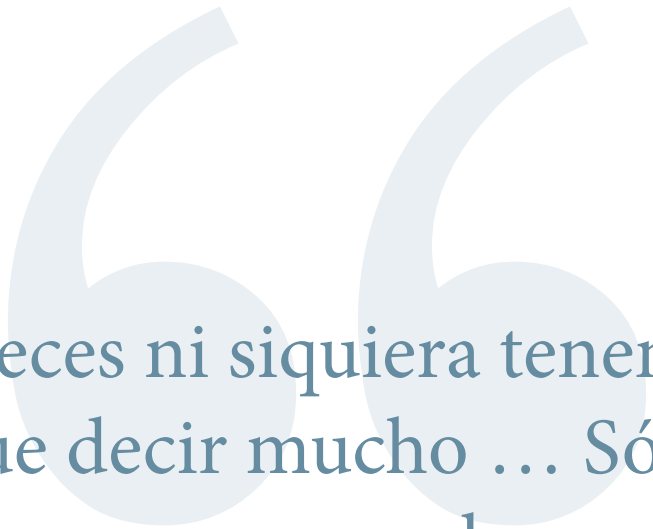
*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 11

— ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU ESENCIA:  
CÓMO ESCUCHAR BIEN



A veces ni siquiera tenemos  
que decir mucho ... Sólo  
tenemos que escuchar y estar  
dispuestos a entrar en el  
mundo de la otra persona.

# RESUMEN DEL VIDEO

En este video número 11, “Escuchando a una persona en su esencia: cómo escuchar bien”, los participantes exploran el proceso de escucha activa, los cinco niveles de escucha y las barreras comunes para escuchar. Escuchar bien a otra persona implica lenguaje corporal intencional, silencio y señales verbales/físicas que demuestran comprensión. Una buena escucha también requiere empatía, que nos permite escuchar sin aplicar el filtro de nuestra propia experiencia, juicio, valores y necesidades. Escuchar bien a otro abre un hermoso espacio para que el Espíritu Santo obre en la situación.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

## INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

Describe un momento de tu vida en el que no te hayas sentido escuchado o comprendido.

---

### VIDEO #11

## ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU ESENCIA: CÓMO ESCUCHAR BIEN



## NOTAS

[illegible]

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**SANTIAGO 1:19**

“Hermanos muy queridos, sean prontos para escuchar, pero lentos para hablar y enojarse”.

**LUCAS 11:28**

“Jesús replicó: ‘¡Felices, pues, los que escuchan la palabra de Dios y la observan!’”

**JEREMÍAS 29:12**

“Cuando me invoquen y vengan a suplicarme, yo los escucharé; y cuando me busquen me encontrarán, siempre que me imploren con todo su corazón”.

## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. Stephen Covey, autor de Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva dice: “La mayoría de la gente no escucha con la intención de comprender; escuchan con la intención de responder”. ¿Es así como escucho en mi día a día? Reflexiona honestamente sobre tus tendencias de escucha. Si analizamos los 5 niveles de escucha, ¿qué nivel describe con mayor precisión cómo escucho la mayor parte del tiempo?
3. ¿Me tomo tiempo para escuchar a Dios cada día? ¿Me doy tiempo para guardar silencio? ¿O estoy constantemente expuesto al ruido?
4. ¿Cuándo me he sentido escuchado en mi vida? ¿Qué efecto tuvo en mí?
5. La hermana Ave Maria dice: “Cuando alguien está en crisis o angustiado, o es vulnerable, o comparte una parte íntima de sí mismo, merece ser escuchado y comprendido. Cuando realmente escuchamos y entendemos a alguien, esto nos da la perspectiva que necesitamos para ayudarlo mejor a salir de su crisis”. ¿Cómo he experimentado que esto es cierto en mi propia vida y mis relaciones?
6. La hermana Maria Kateri dice: “El nivel 5 de escucha requiere empatía. Demuestra que no tenemos por qué tener todas las respuestas y, a veces, ni siquiera tenemos que decir mucho. ... Sólo tenemos que escuchar y estar dispuestos a entrar en el mundo de alguien”. ¿Estoy dispuesto a entrar en el mundo de otra persona, a intentar ver el mundo como ellos lo ven? ¿Estoy dispuesto a dejar que Jesús entre en mi mundo? ¿Le daré permiso para hacerlo?
7. ¿Hay algún fruto de tu oración que te gustaría compartir con los demás?

## Pasos para Escuchar

1. Atención
2. Seguimiento
3. Reflexión
4. Silencio

## Niveles de Escucha

- Nivel 1: No escuchar nada en absoluto
- Nivel 2: Escucha distraída
- Nivel 3: Escuchar para responder
- Nivel 4: Escuchar para interpretar desde nuestro punto de vista
- Nivel 5: Escucha empática

## Barreras de la Comunicación

1. Dar consejos demasiado pronto
2. Acuerdo y desacuerdo
3. Certeza
4. Agregando nuestra propia historia
5. Hacer preguntas que desvíen al orador del rumbo

## NOTAS

[illegible]

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración qué te gustaría compartir con los demás?
2. Las Hermanas describen los cuatro pasos de escuchar: atención (mostrarle a alguien que estamos presentes mediante nuestro lenguaje corporal), seguir (demostrar nuestra atención a través de señales verbales), reflexionar (que se describe más en el siguiente video) y silencio (darle a alguien la oportunidad. espacio para responder). ¿Has pensado antes en escuchar de esta manera? ¿Es nuevo para ti? ¿Cómo te resuena? Reflexiona sobre cada uno de los pasos. ¿Existen formas de aplicar estos pasos en tu vida? ¿Cómo cambiaría escuchar así tus conversaciones y relaciones?
3. La hermana Maria Kateri dice: “¡No cedas a la tentación de llenar cada momento con más palabras! Las pausas o el silencio en una conversación pueden ser un momento poderoso para simplemente descansar en lo que el otro ha dicho, mostrar empatía o simplemente darnos la oportunidad de asimilarlo todo y encontrar una respuesta significativa, no solo una incorrecta”. ¿Cuál es tu experiencia del silencio en las conversaciones? ¿Cómo puede el silencio crear un espacio útil para una comunicación más profunda? ¿Estás dispuesto a intentar dejar más espacio al silencio en tus conversaciones?
4. La hermana Maria Kateri dice: “Nunca queremos aparentar ser una persona que menosprecia a alguien, que da nuestra propia perspectiva o consejo unilateral, sino alguien que comprende las verdaderas luchas que [otros] están experimentando”. ¿Por qué es tan importante la empatía para escuchar bien?
5. El consejo inoportuno, el acuerdo/desacuerdo y la certeza son tres barreras comunes a la comunicación. ¿En cuál de estas barreras es más probable que me enfrente? ¿Cómo pueden estos comentarios bien intencionados disuadir a alguien de compartir más? ¿Alguna vez has tenido una experiencia como esta? ¿Por qué es tan importante dejar que alguien “vacíe el balde” antes de ofrecer nuestros propios pensamientos?

[illegible]

“

Las pausas o el silencio en una conversación pueden ser un momento poderoso para reflexionar en lo que el otro ha dicho, mostrar empatía o darnos la oportunidad de asimilar todo y pensar en una respuesta apropiada.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Por favor danos la paz, la confianza y el silencio interior para poder escuchar profundamente el corazón de nuestros hermanos y hermanas.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y será por los siglos.*

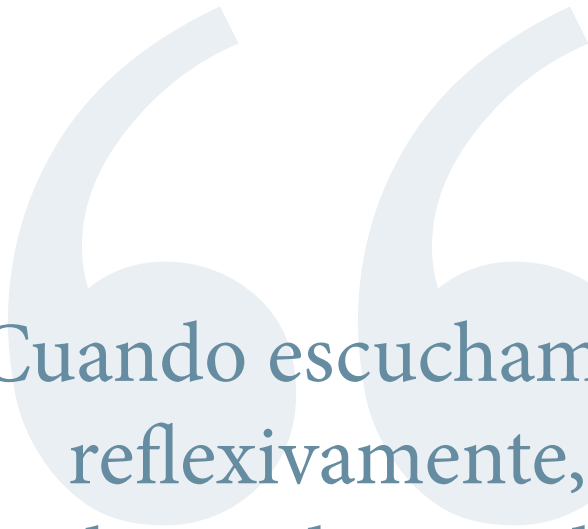
*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*



# VIDEO 12

---

ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU  
ESENCIA: LA ESCUCHA REFLEXIVA



Cuando escuchamos  
reflexivamente,  
asimilamos lo que el otro  
nos dice, lo analizamos y  
lo resumimos.

# RESUMEN DEL VIDEO

En este duodécimo y último video, “Escuchando a una persona en su esencia: la escucha reflexiva,” se invita a los participantes a comprender cómo escuchar reflexivamente a otra persona. Escuchar reflexivamente significa dar espacio para que otra persona comparta y luego exponga brevemente, con nuestras propias palabras, sus pensamientos y sentimientos, sin evaluación ni juicio. En la escucha reflexiva actuamos como un espejo para la otra persona, ayudándola a descubrir lo que realmente hay en su corazón. Este video incluye dos representaciones que demuestran la diferencia entre la escucha típica y la escucha reflexiva, e invita a los participantes a reflexionar sobre sus propias tendencias en la comunicación.

# ORACIÓN INICIAL

*Santísima Trinidad, te alabamos y te damos gracias por amarnos a cada uno de nosotros hacia la vida. Te pedimos la gracia de recibir nuevamente el regalo de nuestra propia vida, para que podamos vivir profundamente nuestra verdadera identidad como tus amados hijos e hijas. Oramos para que cada persona pueda saberse elegida y amada, deseada desde el principio de los tiempos y sostenida en existencia en cada momento por tu amor. Padre, te pedimos que nos llenes de tu luz y nos renueves con tu paz. Espíritu Santo, te pedimos la valentía de pronunciar tu Palabra de vida; que nuestras acciones, palabras y pensamientos sirvan para sostener y proteger la dignidad y el valor de cada persona, y que nuestras vidas den testimonio radiante de la verdad de tu amor. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.*

*Amén.*

---

# INTRODUCCIÓN

Estás invitado a compartir algo que sea significativo para ti. Compartir una experiencia de importancia es profundamente humanizador y fomenta la formación de confianza entre los individuales. Estas conexiones son la base para construir una comunidad.

## PREGUNTA INTRODUCTORIA

Describe una experiencia en la que una conversación con otra persona te ayudó a descubrir y articular tus propios pensamientos y sentimientos.

---

### VIDEO #12

## ESCUCHANDO A UNA PERSONA EN SU ESENCIA: LA ESCUCHA REFLEXIVA



Mientras los participantes ven el video, puede ser útil hacer una breve pausa después de cada una de las conversaciones de ejemplo para discutir los elementos de la escucha reflexiva e identificar barreras. Podrías hacer las siguientes preguntas:

**Primera conversación:**

- ¿De qué manera Marta inició la conversación sobre ella misma y no sobre Patricia?
- ¿Marta parecía estar escuchando o distraída?
- ¿Qué tipo de consejo dio Marta? ¿Le pareció útil o bien recibido?
- ¿De qué manera Marta mostró juicio?
- ¿Cómo concluyó Marta la conversación?
- ¿Cómo respondió Patricia a la conversación?

**Segunda conversación:**

- ¿Cómo demostró Marta una escucha reflexiva?
- ¿Qué tipo de consejo dio Marta? ¿Le pareció útil o bien recibido?
- ¿De qué manera Marta reflejó la bondad de Patricia?
- ¿Cómo concluyó Marta la conversación?
- ¿Cómo respondió Patricia a la conversación?

## NOTAS

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# REFLEXIÓN INDIVIDUAL

*Los textos y preguntas de las Sagradas Escrituras que se sugieren se ofrecen como ayuda para la oración. No es necesario que respondas todas las preguntas ni reflexiones sobre cada pasaje de las Escrituras, pero debes seguir la inspiración de Dios. Puedes dedicar todo el tiempo asignado a reflexionar sobre un sólo pasaje de las Escrituras o una sola pregunta de reflexión y no escribir ni una sola palabra, ¡y no hay problema!*

## CITAS BÍBLICAS PARA REFLEXIONAR

**PROVERBIOS  
20:5**

“Aguas profundas son los proyectos del corazón; los inteligentes sacan de allí”.

**PROVERBIOS  
18:13**

“El que responde antes de haber escuchado pasa por un estúpido y queda en ridículo”.

**MATEO 7:12**

“Todo lo que ustedes desearían de los demás, háganlo con ellos: ahí está toda la Ley y los Profetas”.

**APOCALIPSIS  
3:22**

“El que tenga oídos, oiga este mensaje del Espíritu a las Iglesias”.

# PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Hubo alguna palabra, frase o idea que resonó en mí? ¿Hubo algo nuevo para mí?
2. La hermana Maria Kateri dice que no siempre necesitamos resolver un problema o dar un paso de acción al final de una conversación. Algunas conversaciones pueden tratar simplemente de desahogarse, un momento que le da a la persona la sensación de que no está sola. ¿A quién recurro cuando necesito desahogarme? ¿Cómo me hace sentir desahogarme con esa persona?
3. ¿Cómo responde normalmente cuando se enfrenta a un gran problema o desafío? ¿Hay alguna técnica que le haya resultado útil para resolver los principales obstáculos o desafíos de la vida? Piensa en una experiencia en la que una conversación con otra persona te ayudó a descubrir y articular tus propios pensamientos y sentimientos. ¿Cómo te ayudó esta experiencia a comprenderte más profundamente? ¿Cómo te ayudó a comprender la situación y a seguir adelante? ¿Cómo sucedió exactamente eso en el curso de la conversación?
4. ¿En qué habilidades de escucha quiero centrarme en mis conversaciones diarias con los demás?
5. ¿En qué áreas de escucha auténtica puedo trabajar en mi propia vida de oración – mi diálogo con Dios?
6. Tómame un momento para rezar nuevamente la oración del final del video:  
*Gracias, Señor, por el don de nuestra capacidad de escucha.  
Gracias por el regalo de ser escuchado y comprendido por los demás y por ti.  
Ayúdanos a darnos el don de nosotros mismos para escuchar realmente a los demás, reverenciarlos y comunicarles tu amor y su valor infinito.  
Ayúdanos a entrenar los oídos de nuestro corazón escuchándote en oración, sumergiéndonos en tu amor por nosotros para que podamos dar ese mismo amor a cada alma que encontremos.  
Amén.*
7. ¿Hay algún fruto de mi oración que me gustaría compartir con otros?

## Reflexionar

*Exponer brevemente, en nuestras propias palabras, los pensamientos y sentimientos de la otra persona, sin evaluar ni juzgar.*

1. Identificar el problema
2. Aclarar el objetivo
3. Pregunte por sus ideas
4. Proporcionar información y solución

## NOTAS

[illegible]

“

La escucha auténtica  
hace posible un  
diálogo verdadero.

”

# DISCUSIÓN

Al finalizar el tiempo asignado para la reflexión personal, reúnanse con el grupo para discusión. Este período de diálogo y conversación tiene como objetivo promover la comprensión, la reflexión y el entendimiento profundo.

## PREGUNTAS DE DISCUSIÓN

1. ¿Hay algún fruto de tu oración qué te gustaría compartir con los demás?
2. La Hermana Ave Maria aclara que reflexionar es de bajo riesgo porque si nos equivocamos, es probable que la otra persona nos corrija. ¿Cómo podría esta comprensión de la escucha reflexiva darte la libertad de escuchar auténticamente?
3. ¿Por qué es tan importante no juzgar y actuar como espejo para la otra persona?
4. ¿Cómo te han inspirado estos videos sobre escuchar a los demás de una manera nueva?

## PREGUNTAS FINALES

Debido a que esta es la sesión final, se recomienda tomarse unos momentos para permitir que los participantes informen sobre su experiencia del programa, articulen nuevas ideas y reflexionen sobre su crecimiento. Las siguientes preguntas se proporcionan como ayudas para la reflexión. Es posible que el facilitador desee incluir las preguntas finales en el tiempo de discusión general o puede querer hacer la transición a un nuevo momento para la discusión final.

1. ¿Cómo ha cambiado este programa tu comprensión de lo que significa vivir el carisma de la vida?
2. ¿Este programa ha profundizado tu comprensión de la experiencia de las mujeres en embarazos no planificados? ¿Cómo?
3. ¿Cómo te ha inspirado esta serie a defender la vida de una manera nueva?
4. ¿Esta experiencia ha impactado tu relación personal con Dios? ¿De qué maneras?
5. ¿Participar en este programa ha cambiado la forma en que te ves a ti mismo, a los demás y a Dios?

[illegible]

“

La escucha reflexiva  
es una expresión  
de empatía.

”

## ORACIÓN FINAL

*Jesús, te alabamos y te damos gracias por tu bondad y misericordia. Te pedimos un derramamiento de tu Espíritu sobre el mundo entero. Oramos para que cada persona pueda encontrar poderosamente tu amor hoy, y que todos lleguen a saber que la vida es un regalo que debe ser apreciado y protegido. Que nuestras palabras y acciones reflejen siempre tu presencia y la profunda bondad de aquellos con quienes nos encontramos.*

*Te pedimos esto en tu nombre mientras oramos: Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.*

*Amén. Nuestra Señora de Guadalupe, Madre de la Vida, ruega por nosotros.*

# INSTITUTO MCGRATH PARA LA VIDA DE LA IGLESIA

UNIVERSIDAD DE NOTRE DAME

El Instituto McGrath para la Vida de la Iglesia, de la Universidad de Notre Dame, une la vida intelectual católica y la vida de la Iglesia, con el fin de formar y empoderar líderes católicos para el servicio a la Iglesia y por tanto al mundo.

## HERMANAS DE LA VIDA

Las Hermanas de la Vida son una comunidad católica de religiosas consagradas para la defensa de la vida. Su misión incluye servir a mujeres embarazadas vulnerables, acompañar a la sanación y misericordia de Jesús a mujeres que han sido heridas por el aborto, fomentar una cultura de vida a través de la evangelización y la defensa de la belleza del matrimonio y la vida familiar.

## CAMPCAMPO FILMS

CampCampo es una empresa de creación de contenido, marketing digital y medios de comunicación a gran escala que se enorgullece del arte de contar historias. Su fundador, Michael Campo, ha trabajado como cineasta profesional desde 2006 y fundó CampCampo en 2016.



**LAESENCIADELAVIDA.COM**

McGRATH INSTITUTE FOR CHURCH LIFE



SISTERS OF LIFE

