

# **Bálsamo de Ternura**

**Espiritualidad un Camino de Restauración**

## **Créditos**

Autora - Anna Christine Grellert  
Asesora de niñez en desarrollo de World Vision LACRO

Aporte teológico para el contexto de los textos bíblicos  
Edwin Alberto Mira  
Coordinador de proyectos con iglesias  
World Vision El Salvador

ISBN  
Primera Edición - 2018



## Bálsamo de la Ternura

### Espiritualidad un Camino de Restauración

El Bálsamo de la Ternura, es un camino para la restauración de las Experiencias Adversas de la Niñez. El abuso, negligencia y disfunción familiar vividos en nuestra niñez hieren nuestro cuerpo y emociones, y también nuestro espíritu. Sanar es un camino espiritual, que empieza por un encuentro personal con Jesús, nuestro verdadero bálsamo de la ternura.

Jesús extiende una invitación a todos los que estamos cansados de cargar el dolor de la adversidad vivida en la niñez y de sus manifestaciones hirientes a lo largo de nuestra vida: **28 Luego dijo Jesús: «Ven-gan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso. 29 Pónganse mi yugo. Déjenme enseñarles, porque yo soy humilde y tierno de corazón, y encontrarán descanso para el alma. 30 Pues mi yugo es fácil de llevar y la carga que les doy es liviana».** Mateo 11:28-30 (NTV). El camino de restauración inicia cuando libremente aceptamos esta invitación de Jesús, depositando nuestro dolor y nuestras memorias al pie de la cruz, y en cambio abriendo nuestro corazón para recibir su bálsamo de ternura.

La sanación de las heridas causadas por las Experiencias Adversas de la Niñez, es un peregrinaje espiritual, que hacemos en compañía de Jesús, en comunión con él sanamos nuestras heridas. Al disponer-nos a cultivar una relación íntima con Jesús alentemos la espiritua-lidad que diariamente abre nuestra vida para que el amor sanador y restaurador de Jesús pueda actuar. Jesús provee la misericordia para cuidar nuestras heridas y recobrar el vigor que nos hace capa-

ces de transformar nuestras adversidades en aprendizajes, sabiduría de vida, y bálsamo para los que hoy sufren como sufrimos ayer. Si bien existen diversas prácticas espirituales cristianas que nos ayudan a cultivar una relación restauradora con Jesús, el Bálsamo de la Ternura se enfocara en tres de ellas. Iniciamos con la práctica de la soledad, el silencio para escuchar la voz de Dios y del niño interior, todavía herido y escondido en lo profundo de nuestro ser. La soledad es aquietar todas las voces y ruidos del ambiente y también de nuestro corazón y mente, mientras sensibilizamos nuestro oído al susurro del Espíritu Santo y al clamor más profundo y verdadero de nuestro corazón, la suave voz de nuestro niño interior. La Lectio Divina es otra práctica espiritual, que nos ayuda a escuchar la voz de Dios a través de su Palabra. Podemos ejercitar la espiritualidad, leyendo la Palabra en soledad, sensibles a nuestras reacciones vis-cerales y mentales, a la vez que somos guiados por la voz de Dios. A lo largo del día, permitimos que su Palabra y voz resuenen en nuestro corazón, gentilmente guiando nuestras acciones y sentires.

La oración es otro camino que nos ayuda a cultivar una relación restau-radora con Dios involucrando todo nuestro cuerpo. Nuestro cuerpo es el templo del Espíritu (I Corintios 6:19-20). Nuestro cuerpo es la mora-da de Dios, hay que cuidarlo como lugar sagrado. En oración ponemos atención a la voz del cuerpo, concentrándonos en nuestra respiración o siendo sensibles a los latidos de nuestro corazón. Es así como aquie-tamos las voces internas y ruidos externos para oír el clamor de nues-

tro niño interior lastimado por las Experiencias Adversas de la Niñez.

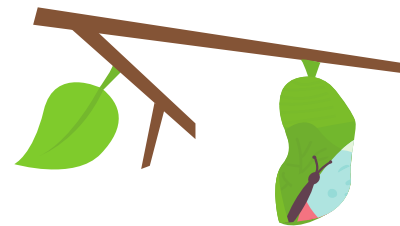
Este clamor se convierte en nuestra oración. Las palabras no siempre son suficientes para expresar en oración nuestro clamor, sin embargo nuestro cuerpo tienen varias maneras de expresarse, más allá de las palabras: lágrimas, gemidos, y el revolver de nuestras entrañas son también oración, pues expresan el más profundo de nuestro ser. Aun cuando el dolor de la memoria de las adversidades vividas durante nuestra niñez nos hace ocultarlas, silenciarlas o negarlas, el Espíritu Santo intercederá por ellas ante Dios: **“Así mismo, en nuestra debilidad el Espíritu acude a ayudarnos. No sabemos qué pedir, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos que no pueden expresarse con palabras. Y Dios, que examina los corazones, sabe cuál es la intención del Espíritu, porque el Espíritu intercede por los creyentes conforme a la voluntad de Dios”.** Romanos 8:26-27 NVI.

Solitud, lectio divina y oración serán las tres prácticas espirituales, que nos acompañaran en este peregrinaje de restauración en compañía de Jesús, nuestro bálsamo de ternura. Emplearemos estas tres prácticas espirituales para caminar por los tres momentos de restauración que plantea el Bálsamo de la Ternura: descubrir, resignificar y trascender. Descubrir es tomar conciencia tanto de la adversidad vivida durante nuestra niñez, como de la resiliencia que construimos aun cuando niños y niñas. Esta resiliencia nos ha sostenido con vida y nos brinda la disposición para sanar. En este momento de descubrir es importante cultivar la solitud, para escuchar nuestro niño interior que por años ha sido silenciado. Hacemos una invitación a que nuestro niño interior revele sus heridas para que tierno amor de Dios las cuide, consuele y sane. La solitud permite el encuentro entre nuestro niño interior herido y Dios para dialoguen de manera confiada, honesta y segura. No hay lugar más seguro para revelar nuestras heridas que los tiernos brazos de Dios. Resignificar es el

segundo momento de la restauración. Una vez que nuestras heridas están expuestas podemos tomar perspectiva sobre ellas, aprender de ellas y junto a Dios construir sentidos renovados y sanos sobre las experiencias adversas de nuestra niñez. Para este momento practicaremos la Lectio Divina, para iluminar nuestro espíritu, mente y sentimientos con la Palabra de Dios a fin de generar lecciones de vida a partir de la adversidad que enfrentamos durante nuestra niñez.

Las lecciones de vida se convierten en el invaluable tesoro de la sabiduría, que guiará nuestros pasos para no seguir hiriéndonos y más bien ser una bendición y bálsamo para los que sufren. El tercer momento es el de trascender, reconciliarnos con nuestra historia de vida, con nuestro niño interior, abrirnos a la posibilidad del perdón y a una vida renovada por la ternura de Dios.

La oración será la tercera práctica espiritual que nos acompañará en el momento de trascender. Practicaremos la oración corporal, que excede las palabras, y que se manifiesta en con nuestra mirada, lagrimas, el sudor de nuestras luchas y retorcer de nuestras entrañas, la sonrisa de nuestros labios, la paz de nuestra respiración, los latidos de nuestro corazón enternecido. La oración es el camino de comunión con Dios, pues él nos acompañará y nos guiará por verdes pastos donde podremos descansar y nos conducirá a aguas tranquilas que nos infundirán el aliento para asumir la ternura como un estilo de vida y de relación con los niños y niñas que tanto amamos.



# DESCUBRIR



niño interior herido y Dios para dialoguen de manera confiada, honesta y segura. No hay lugar más seguro para revelar nuestras heridas que los tiernos brazos de Dios. Resignificar es el segundo momento de la restauración. Una vez que nuestras heridas están expuestas podemos tomar perspectiva sobre ellas, aprender de ellas y junto a Dios construir sentidos renovados y sanos sobre las experiencias adversas de nuestra niñez. Para este momento practicaremos la Lectio Divina, para iluminar nuestro espíritu, mente y sentimientos con la Palabra de Dios a fin de generar lecciones de vida a partir de la adversidad que enfrentamos durante nuestra niñez. Las lecciones de vida se convierten en el invaluable tesoro de la sabiduría, que guiará nuestros pasos para no seguir hiriéndonos y más bien ser una bendición y bálsamo para los que sufren. El tercer momento es el de trascender, reconciliarnos con nuestra historia de vida, con nuestro niño interior, abrirnos a la posibilidad del perdón y a una vida renovada por la ternura de Dios. La oración será la tercera práctica espiritual que nos acompañará en el momento de trascender. Practicaremos la oración corporal, que excede las palabras, y que se manifiesta en con nuestra mirada, lagrimas, el sudor de nuestras luchas y retorcer de nuestras entrañas, la sonrisa de nuestros labios, la paz de nuestra respiración, los latidos de nuestro corazón enternecido.

La oración es el camino de comunión con Dios, pues él nos acompañará y nos guiará por verdes pastos donde podremos descansar y nos conducirá a aguas tranquilas que nos infundirán el aliento para asumir la ternura como un estilo de vida y de relación con los niños y niñas que tanto amamos.



# Espiritualidad

## Parte I: Descubrir



### Dios de Infinita Ternura

*Dios de infinita ternura, nos entregamos a ti.  
No existe ternura que no brote de tu corazón y no sea su expresión viva.  
Tú nos precedes y acompañas siempre.  
Por todo eso te damos gracias, te alabamos y te bendecimos.  
Tu ternura es el regazo eterno del que venimos, en el que venimos y al que tenemos.  
Infunde a nuestro espíritu la dulzura de tu amor para que sepamos amarnos con benevolencia y gratitud, reconciliándonos y perdonándonos cada día.  
Nos entregamos a ti, Dios de ternura infinita, y te confiamos nuestra casa, nuestra vida, nuestro futuro, los niños y niñas, y las personas que queremos.  
Tu gracia supera infinitamente nuestros temores.  
Lo creemos y queremos fundar sobre esta certeza todos los instantes de nuestra existencia.  
Dios-padre, ternura donante, ayúdanos a ser capaces de gratitud el uno con el otro, a imagen del Unigénito que nos diste.  
Dios-hijo, ternura acogedora, enséñanos a tener un corazón dulce y humilde como el tuyo.  
Dios-Espíritu Santo, ternura compartida, sé para nosotros fuerza vivificante para que sepamos renovarnos cada día en una gozosa y*

*siempre nueva oblatividad.*

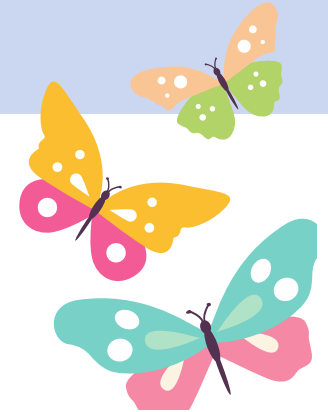
*Trinidad adorable, confiamos en ti y queremos consagrar a tu Nombre nuestras familias y nuestra comunidad.*

*Haz que seamos signo de gracia para aquellos que vamos encontrado a lo largo de nuestra vida.*

*Ayúdanos a crecer en fidelidad al evangelio, para que sepamos recorrer tú mismo camino y testimoniar la fuerza de amor crucificado, única salvación para nuestro mundo. A ti la gloria por los siglos de los siglos.*



# Bálsamo de la Ternura



## Descubrir en Solitud con Dios

En quietud podemos crear un espacio de solitud para la intimidad con Dios. Este espacio seguro y tierno donde descubrimos ante Dios nuestra historia de adversidad experimentada durante la niñez. Las memorias del abuso, negligencia o disfunción familiar son profundamente hirientes. Muchas veces buscamos calmar nuestro dolor ocupándonos en múltiples actividades: comiendo, trabajando jornadas interminables, fumando, luchando por poder y posición social, ingiriendo bebidas alcohólicas, comprando de manera incansable, utilizando drogas ilícitas, ejercicios excesivos, caridad sin medida..., todo para no encontrarnos solos ante el dolor que nos lastima profundamente.

Sin embargo la espiritualidad nos convida a detener nuestras ocupaciones, y estar quietos y en solitud con Dios. Este primer ejercicio espiritual representa un verdadero desafío para nosotros, pues nos hemos defendido del dolor ocupándonos, con el ruido de la tecnología, redes sociales, moda, industria del entretenimiento, entre tantos otros analgésicos. Sin embargo, hacemos la invitación de estar en solitud íntima con Dios. Un tiempo de quietud para escuchar la voz de Dios que siempre nos está llamando, pero que el ruido exterior e interior nos no permite oír su continua invitación a una dialogo en confianza.

Iniciaremos el camino espiritual de restauración cultivando la soli-

tud, que nos permite aquietarnos para escuchar el clamor más profundo de nuestro corazón, el susurro de nuestro niño interior. La solitud nos ayuda a silenciar nuestro interior y el callar de los ruidos externos, para estar en intimidad con Dios. Para eso te invitamos a crear este espacio de intimidad con Dios, un lugar acogedor, confortable, libre de toda tecnología, tal vez acompañado de un té relajante donde podemos estar completamente disponibles para Dios. Para algunas personas la solitud con Dios se encuentra en movimiento, caminando o corriendo, pero con el corazón abierto y atento a Dios, a su voz y a las sorpresas que nos tiene preparadas.

Para entrar en quietud, empezamos por poner atención a nuestra respiración y así preparar todo nuestro ser para el ejercicio espiritual de solitud con Dios. Respiramos de manera consiente, lenta y profundamente, sin nunca detener la respiración. Sentimos como el aire entra por la nariz, expandiendo el pecho y diafragma, para albergar el aire que sostiene la vida y oxigena a cada célula de nuestro cuerpo. Sentimos el aire salir de nuestro cuerpo, el pecho relajarse para otro vez recibir el aire que sostiene la vida. Al concentrarnos en nuestra respiración aquietamos el ruido interior. En este espacio de solitud abrimos nuestro corazón para acoger la tierna voz de Dios. También hacemos conciencia del clamor más profundo y significativo de nuestro ser, que suena muy bajito, pues ha sido silenciado por mucho tiempo. En solitud podemos confiar a Dios nuestras Experiencias Adversas de la Niñez para que sean tocadas y restauradas por su infalible amor.



## Descubrir: Sesión I



### El ciego Bartimeo recibe la vista Marcos 10:46-52 (NVI)

<sup>46</sup> Después llegaron a Jericó. Más tarde, salió Jesús de la ciudad acompañado de sus discípulos y de una gran multitud. Un mendigo ciego llamado Bartimeo (el hijo de Timeo) estaba sentado junto al camino.

<sup>47</sup> Al oír que el que venía era Jesús de Nazaret, se puso a gritar:

— ¡Jesús, Hijo de David, ten compasión de mí!

<sup>48</sup> Muchos lo reprendían para que se callara, pero él se puso a gritar aún más:

— ¡Hijo de David, ten compasión de mí!

<sup>49</sup> Jesús se detuvo y dijo:

— Llámenlo.

Así que llamaron al ciego.

— ¡Ánimo! —le dijeron—. ¡Levántate! Te llama.

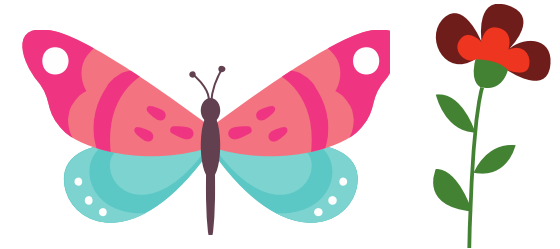
<sup>50</sup> Él, arrojando la capa, dio un salto y se acercó a Jesús.

<sup>51</sup> — ¿Qué quieres que haga por ti? —le preguntó.

— Rabí, quiero ver —respondió el ciego.

<sup>52</sup> — Puedes irte —le dijo Jesús—; tu fe te ha sanado.

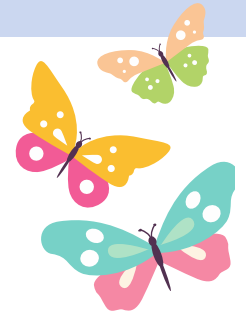
Al momento recobró la vista y empezó a seguir a Jesús por el camino.



**Contexto:** No hay duda, que en el contexto de los evangelios Jesús fue un terapeuta, es decir desarrollo una actividad sanadora que favoreció principalmente a las personas excluidas en las regiones más empobrecidas de Galilea. La actividad terapéutica de Jesús fue sencilla y no tenía aparatos complicados como los taumaturgos de la época que acostumbraban usar remedios rebuscados y fórmulas de sanación elevadas. Para Jesús la sanación era un camino para acercar las personas al Reino de Dios. Las personas enfermas y discapacitadas eran condenadas por la sociedad y los líderes religiosos, ya que consideraban que estas dolencias eran fruto del pecado. Sin embargo, Jesús no hacía oídos sordos a los que más lo necesitaban, sino que con ternura acorría a los enfermos ofreciéndoles vida en plenitud, sanidad, bálsamo y seguridad en Dios Padre. “No son los sanos los que necesitan médico, sino los enfermos. Pero vayan y aprendan qué significa esto: “Lo que pido de ustedes es misericordia y no sacrificios”. Porque no he venido a llamar a justos, sino a pecadores” (Mateo 9,12-13; Lucas 5,31)

# Bálsamo de la Ternura

## Descubrir en Solitud con Dios Sesión: I



Descubrir es mirar lo más profundo de mi corazón, donde escondo mis dolores y miedos, pero también donde guardo mis más queridos anhelos. Al caminar por mi proceso de restauración me detengo a contestar la pregunta que me hace Jesús: ¿Qué quiero sanar? Solo desde lo más hondo de mi corazón puedo contestar tan profunda pregunta.



**El ciego Bartimeo recibe la vista – Marcos 10:46-52 (NVI)**  
46 Después llegaron a Jericó. Más tarde, salió Jesús de la ciudad acompañado de sus discípulos y de una gran multitud. Un mendigo ciego llamado Bartimeo (el hijo de Timeo) estaba sentado junto al camino. 47 Al oír que el que venía era Jesús de Nazaret, se puso a gritar:  
—¡Jesús, Hijo de David, ten compasión de mí!

**¿Cuándo Jesús se acerca, ¿Qué clama mi corazón?**

**48 Muchos lo reprendían para que se callara, pero él se puso a gritar aún más:**

**—¡Hijo de David, ten compasión de mí!**

**¿Qué fuerzas quieren silenciar el clamor de mi corazón?**

*¿Qué postura asumo ante las fuerzas que quieren silenciar el clamor de mi corazón?*

**49 Jesús se detuvo y dijo:**

**—Llámenlo.**

**Así que llamaron al ciego.**

**—¡Ánimo! —le dijeron—. ¡Levántate! Te llama.**

**¿Quiénes me brindan ánimo y fuerzas para expresar el clamor de mi corazón?**

<sup>50</sup> Él, arrojando la capa, dio un salto y se acercó a Jesús.  
¿Cómo me acerco a Jesús?

<sup>51</sup> —¿Qué quieres que haga por tí? —le preguntó.

¿Qué deseo que Jesús haga por mí?

— Rabí, quiero ver —respondió el ciego.

Silencio las distracciones a mí alrededor y aquieto mi interior, para escuchar a mi corazón y responder con sinceridad la pregunta que me hace Jesús “¿Qué quieres que haga por tí?”

<sup>52</sup> — Puedes irte —le dijo Jesús—; tu fe te ha sanado.  
*Silencio las distracciones a mí alrededor y aquieto mi interior, para escuchar la tierna respuesta de Jesús, ante mi más profundo clamor de restauración.*

¿Qué me responde Jesús?

*Al momento recobró la vista y empezó a seguir a Jesús por el camino.*

¿Cuál es la esperanza que inunda mi corazón ante la respuesta de Jesús?

¿Me animo a seguir a Jesús por el camino de la restauración?

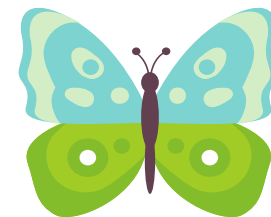


### Ejercicio Espiritual

Solitud: busco el tiempo y el lugar donde puedo disponer mi corazón a la voz del Espíritu Santo.

Respiro de manera consiente, lenta y profundamente.

El silencio y la quietud interior me ayudan a escuchar la tierna y suave voz del Espíritu Santo, mi consolador. Me desconecto de todos aparatos y pensamiento. Dejo resonar en mi corazón la voz del Espíritu Santo, mi consolador. “Y yo le pediré al Padre, y él les dará otro Consolador para los acompañe siempre” Juan 14:16 (NVI)



## Descubrir: Sesión 2



### Salmo 139 NTV

Oh SEÑOR, has examinado mi corazón y sabes todo acerca de mí.

<sup>2</sup> Sabes cuándo me siento y cuándo me levanto; conoces mis pensamientos aun cuando me encuentro lejos.

<sup>3</sup> Me ves cuando viajo y cuando descanso en casa. Sabes todo lo que hago.

<sup>4</sup> Sabes lo que voy a decir incluso antes de que lo diga, SEÑOR.

<sup>5</sup> Vas delante y detrás de mí. Pones tu mano de bendición sobre mi cabeza.

<sup>6</sup> Semejante conocimiento es demasiado maravilloso para mí, ¡es tan elevado que no puedo entenderlo!

<sup>7</sup> ¡Jamás podría escaparme de tu Espíritu!

¡Jamás podría huir de tu presencia!

<sup>8</sup> Si subo al cielo, allí estás tú; si desciendo a la tumba,[a] allí estás tú.

<sup>9</sup> Si cabalgo sobre las alas de la mañana, si habito junto a los océanos más lejanos,<sup>10</sup> aun allí me guiará tu mano y me sostendrá tu fuerza.

<sup>11</sup> Podría pedirle a la oscuridad que me ocultara, y a la luz que me rodea, que se convierta en noche; <sup>12</sup> pero ni siquiera en la oscuridad puedo esconderme de ti.

Para ti, la noche es tan brillante como el día. La oscuridad y la luz son lo mismo para ti.

<sup>13</sup> Tú creaste las delicadas partes internas de mi cuerpo y me entretejiste en el vientre de mi madre.

<sup>14</sup> ¡Gracias por hacerme tan maravillosamente complejo! Tu fino trabajo es maravilloso, lo sé muy bien.

<sup>15</sup> Tú me observabas mientras iba cobrando forma en secreto, mientras se entretejían mis partes en la oscuridad de la matriz.

<sup>16</sup> Me viste antes de que naciera. Cada día de mi vida estaba registrado en tu libro. Cada momento fue diseñado antes de que un solo día pasara.

<sup>17</sup> Qué preciosos son tus pensamientos acerca de mí, oh Dios. ¡No se pueden enumerar!

<sup>18</sup> Ni siquiera puedo contarlos; ¡suman más que los granos de la arena! Y cuando despierto, ¡todavía estás conmigo!

<sup>19</sup> ¡Oh Dios, si tan solo destruyeras a los perversos! ¡Lárguense de mi

vida, ustedes asesinos!

20 Blasfeman contra ti; tus enemigos hacen mal uso de tu nombre.

21 Oh SEÑOR, ¿no debería odiar a los que te odian? ¿No debería despreciar a los que se te oponen?

22 Sí, los odio con todas mis fuerzas, porque tus enemigos son mis enemigos.

23 Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce los pensamientos que me inquietan.

24 Señálame cualquier cosa en mí que te ofenda y guíame por el camino de la vida eterna.



**Contexto:** David estaba siendo perseguido por gente malvada. El versículo 21 enfatiza con hipérbole, el rechazo de David a aceptar la violencia y las prácticas rebeldes de sus enemigos. Con intenciones asesinas rodeaban al salmista (v. 19). Evidentemente, han lanzado contra él graves acusaciones y es posible que acusaran de ser adorador de ídolos. En medio de esta angustia, David buscó refugio en Yahvé y se sometió al escudriño de Dios. David, el acusado, abrumado por las calumnias, comparece ante Yahvé con la petición: «¡Escudríñame, oh Dios, y conoce mi corazón! ¡Examíname y conoce cómo pienso!» (v. 23). Los v. 1-18 están impregnados de elementos de la “doxología de juicio”. Con tales doxologías no pretende mostrarse sino la manera en que una persona se somete incondicionalmente a la acción judicial de la divinidad, a saber, 'confesando' en un himno doxológico la insondable omnipotencia de Dios.





# Bálsamo de la Ternura

## Descubrir en Solitud con Dios - Sesión 2



Descubrir es darme la oportunidad de mirar mi vida con ternura. Examinar lo más profundo de mi corazón sin juzgarme, pero con la misericordia que me permite aprender de mis dolores y alegrías. Descubrir es la primavera de mi crecimiento personal que permite transformar mi vida una bendición para los demás. Descubrir es también escuchar a Dios y contemplar su misericordia en mi vida.



Salmo 139 Nueva Traducción Viviente

<sup>1</sup> Oh SEÑOR, has examinado mi corazón y sabes todo acerca de mí.

<sup>2</sup> Sabes cuándo me siento y cuándo me levanto; conoces mis pensamientos aun cuando me encuentro lejos. <sup>3</sup> Me ves cuando viajo y cuando descanso en casa. Sabes todo lo que hago. <sup>4</sup> Sabes lo que voy a decir incluso antes de que lo diga, SEÑOR. <sup>5</sup> Vas delante y detrás de mí. Pones tu mano de bendición sobre mi cabeza. <sup>6</sup> Semejante conocimiento es demasiado maravilloso para mí, ¡es tan elevado que no puedo entenderlo! <sup>7</sup>

¿Qué siento al saber que Dios conoce todo sobre mí? ¿Sobre mi vida?

¿Cuándo siento la mano de bendición de Dios sobre mi cabeza?

¡Jamás podría escaparme de tu Espíritu! ¡Jamás podría huir de tu presencia!

<sup>8</sup> Si subo al cielo, allí estás tú; si desciendo a la tumba, allí estás tú. <sup>9</sup> Si cabalgo sobre las alas de la mañana, si habito junto a los océanos más lejanos, <sup>10</sup> aun allí me guiará tu mano y me sostendrá tu fuerza.

¿Hacia dónde la mano de Dios dirige mi mirada?

¿Cuándo medito sobre mi historia de vida, siento la fuerza de Dios sosteniéndome?



*11 Podría pedirle a la oscuridad que me ocultara, y a la luz que me rodea, que se convierta en noche; 12 pero ni siquiera en la oscuridad puedo esconderme de ti.*

*Para ti, la noche es tan brillante como el día. La oscuridad y la luz son lo mismo para ti.*

**¿Qué parte de mi historia de vida quisiera que la luz de Dios llenara de claridad?**

*13 Tú creaste las delicadas partes internas de mi cuerpo y me entretejiste en el vientre de mi madre. 14 ¡Gracias por hacerme tan maravillosamente complejo! Tu fino trabajo es maravilloso, lo sé muy bien. 15 Tú me observabas mientras iba cobrando forma en secreto, mientras se entretejían mis partes en la oscuridad de la matriz. 16 Me viste antes de que naciera. Cada día de mi vida estaba registrado en tu libro. Cada momento fue diseñado antes de que un solo día pasara.*

**¿Qué significa para mí que cada día de mi vida está registrado en el libro de Dios?**

*17 Qué preciosos son tus pensamientos acerca de mí, oh Dios. ¡No se pueden enumerar! 18 Ni siquiera puedo contarlos; ¡suman más que los granos de la arena! Y cuando despierto, ¡todavía estás conmigo!*

**¿Cómo son los pensamientos de Dios respecto a mi vida?**

**¿Cómo son mis pensamientos sobre a mi propia vida?**

*19 ¡Oh Dios, si tan solo destruyeras a los perversos! ¡Lárguense de mi vida, ustedes asesinos! 20 Blasfeman contra ti; tus enemigos hacen mal uso de tu nombre. 21 Oh SEÑOR, ¿no debería odiar a los que te odian? ¿No debería despreciar a los que se te oponen? 22 Sí, los odio con todas mis fuerzas, porque tus enemigos son mis enemigos.*

**¿Quiénes son mis enemigos?**

**¿Qué resentimientos guardo en mi corazón?**

**¿Qué heridas todavía no sanan en mi corazón?**

<sup>23</sup> Examínate, oh Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce los pensamientos que me inquietan.<sup>24</sup> Señálame cualquier cosa en mí que te ofenda y guíame por el camino de la vida eterna.

Hago silencio y escucho la dulce voz del Espíritu Santo que habla tiernamente a mi corazón.

**¿Qué me dice la voz del Espíritu a mi corazón sobre mi vida?**



**Ejercicio Espiritual** – Solitud: busco aquietarme para escuchar a Dios, libre de herramientas mediadoras, sean humanas o didácticas. Libre de los grilletes ideológicos y religiosos. Inclusive libre de mi propia voz interior. Solitud es este espacio físico y temporal donde me encuentro completamente libre y disponible para Dios. ¿Deseo construir este espacio de solitud, para alimentar mi espíritu en intimidad con Dios? ¿Dónde pudiera ser este espacio? ¿Qué tengo que sacar de este espacio para que no interfiera en mi intimidad con Dios? ¿Cuándo ingresaría a este espacio? ¿Cuánto anhelo está en intimidad con Dios?

## Descubrir: Sesión 3



**Jesús da gracias al Padre – Mateo 11:25-30 NTV**

<sup>25</sup> En esa ocasión, Jesús hizo la siguiente oración: «Oh Padre, Señor del cielo y de la tierra, gracias por esconder estas cosas de los que se creen sabios e inteligentes, y por revelárselas a los que son como niños. <sup>26</sup> Sí, Padre, ¡te agradó hacerlo de esa manera!

<sup>27</sup> »Mi Padre me ha confiado todo. Nadie conoce verdaderamente al Hijo excepto el Padre, y nadie conoce verdaderamente al Padre excepto el Hijo y aquellos a quienes el Hijo decide revelarlo».

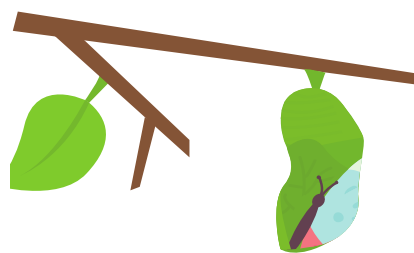
<sup>28</sup> Luego dijo Jesús: «Vengan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso. <sup>29</sup> Pónganse mi yugo. Déjenme enseñarles, porque yo soy humilde y tierno de corazón, y encontrarán descanso para el alma. <sup>30</sup> Pues mi yugo es fácil de llevar y la carga que les doy es liviana».



**El contexto:** El Reino de Dios anunciado por Jesús se dirige hacia las personas más humildes de Galilea y sus alrededores. Los pecadores, las mujeres, los niños y las personas rechazadas por la alta sociedad son los primeros en acoger el mensaje de Jesús. Para los evangelios, Jesús es quien trae la revelación de Dios. La ternura del Abba se manifiesta en la vida, palabras y gestos de Jesús. Él se acerca hacia las personas más desfavorecidas y vulnerables y realiza su ministerio desde la sencillez, pequeñez y ternura. Jesús muestra el verdadero rostro amoroso de Dios Padre. Este nuevo mensaje del Reino no representa una carga pesada como la de los Fariseos y Escribas, sino que trae descanso a la vida de las personas. El mensaje de Jesús es un bálsamo para los que sufren y han sido excluidos del sistema social y religioso.



# RESIGNIFICAR



## Bálsamo de la Ternura

### Descubrir en Solitud con Dios - Sesión 3



*Descubrir es honrar mi historia de vida poniéndola al cuidado tierno de Dios. La espiritualidad me brinda la oportunidad de ser genuinamente vulnerable ante Dios. Acercarme completamente ante Dios, con todo mi ser y con toda mi historia de vida, para que él me cuide con su tierno amor.*

*Jesús da gracias al Padre - Mateo 11:28-30 (NTV)*

*<sup>25</sup> En esa ocasión, Jesús hizo la siguiente oración: «Oh Padre, Señor del cielo y de la tierra, gracias por esconder estas cosas de los que se creen sabios e inteligentes, y por revelárselas a los que son como niños. <sup>26</sup> Sí, Padre, ¡te agradó hacerlo de esa manera!*

*¿Soy como un niño o niña vulnerable, capaz de escuchar la revelación de Dios para mi vida?*

*¿He limpiado mi corazón de la arrogancia que me impide buscar y escuchar a Dios?*

*<sup>27</sup> »Mi Padre me ha confiado todo. Nadie conoce verdaderamente al Hijo excepto el Padre, y nadie conoce verdaderamente al Padre excepto el Hijo y aquellos a quienes el Hijo decide revelarlo».*

*Cuando me acerco a Jesús con la integridad de mi ser y con toda mi historia de vida, ¿qué me aprendo y descubro sobre Dios?*

*<sup>28</sup> Luego dijo Jesús: «Vengan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso. Estoy en quietud... ¿A qué me invita Jesús?*

*¿Qué experiencias de vida cargan mi corazón?*

*¿Qué carga de vida quiero dejar a los pies de Jesús?*

*Me aquieto, y siento el descanso que proviene de Jesús.*

*29 Pónganse mi yugo. Déjenme enseñarles, porque yo soy humilde y tierno de corazón, y encontrarán descanso para el alma. 30 Pues mi yugo es fácil de llevar y la carga que les doy es liviana».*

*¿Acojo el yugo de Jesús para mi vida?*

*Aquieto mi ser y me dejo enseñar por la humildad y ternura que proviene del corazón de Jesús.*

*¿Siento el descanso que proviene del encuentro con Jesús?*

**Ejercicio espiritual – Solitud:** ingreso a mi espacio de fortalecimiento espiritual y respiro de manera consiente, profunda y lentamente. Presento mi historia de vida a Jesús. Presento mis experiencias adversas vividas durante mi niñez, mis cargas y cansancio a Jesús. No juzgo, no racionalizo, no justifico, ni explico, únicamente presento mi vida ante Jesús. Aquieto las voces de mi interior y los sonidos que me rodean. Solo escucho la ternura de Jesús derramarse sobre mi vida. Extiendo mis brazos para acoger la carga fácil y suave de Jesús para mi vida. Siento el descanso del amor de Jesús en mi vida. Revigorado pongo la ternura de Jesús en práctica en mi propia vida, y en la vida de los niños y niñas que amo y cuido.

## Parte 2: Resignificar

### Tu nombre es ternura

*Oh Dios, tu nombre es ternura. Proclamar este nombre significa modificar la percepción que teníamos de ti como un Dios-guardián o un Dios juez pronto para condenar nuestro más mínimos errores.*

*Tú no eres un Dios así. Eres un Dios amante de la vida, amante de todos nosotros, tus hijos. Tu fortaleza es dulzura. Tu omnipotencia es compasión. Tu justicia es perdón. Tu presencia es amabilidad.*

*Todo es ternura en ti, mi Dios. Tu ser-Trinidad es ternura, tus intervenciones en la historia salvífica son ternura. Tu mirada es ternura.*

*Comprendes nuestros miedos y quieres que nos confiemos a ti en abandono total, sin cálculos ni restricciones. Nos has formado con tus manos, oh Dios, haciéndonos a tu imagen y semejanza. Tu bendición nos acompaña desde el alba del mundo.*

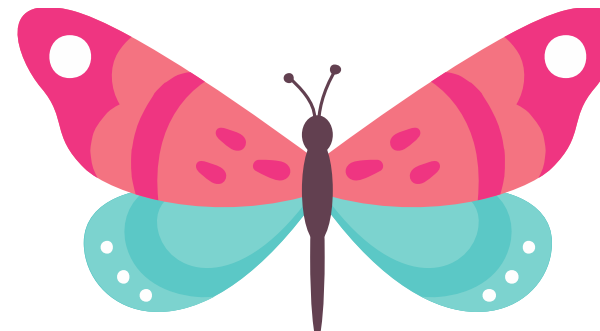
*Tú eres ternura, oh Dios, porque eres un Dios de gracia que perdona. Nos has salvado con el envío de tu Unigénito y con su oblación pascual. En aquella cruz levantada en el centro del universo, resplandece el corazón de tu infinita ternura: Eres tu padre quien entrega a su Hijo; eres tú, Hijo, el que se entrega al Padre por nosotros, eres tú, Espíritu, el que es entregado por el Padre y por el Hijo al mundo como principio de nueva filiación, principio de nuestra regeneración. Por todo eso damos gracias y te alabamos, Trinidad adorable.*

*Tú eres ternura, oh Dios, porque eres un Dios de misericordia infinita. Tu ternura es gracia. Eres la intimidad que llena nuestra soledad, la espe-*

*ranza ofrecida a nuestras desilusiones, la promesa de recuperación para nuestras heridas, la fuerza consoladora frente a cualquier sufrimiento. No terminamos nunca de sorprendernos de tu nombre, Dios de la fuerte ternura y la tierna fortaleza.*

*Amen*

Carlos Rochetta<sup>3</sup>





<sup>3</sup>Tú eres ternura. "Busco tu rostro Señor". Carlo Rochetta. Editorial Claretiana. 2012. Páginas 13-15


## Bálsamo del Ternura

### Resignificar orientados por la *lectio divina*


Leer la Palabra de Dios es encontrarnos con El. La práctica espiritual de Lectio Divina, o de lectura divina, nos abre la posibilidad de escuchar la voz de Dios, y permitir que su voz resuene en nuestro corazón durante todo el día, orientado nuestro sentir, pensar y actuar. La Lectio Divina inicia por seleccionar un texto de bíblico y luego caminar por seis pasos, que nos ayudan a sensibilizar nuestro corazón para escuchar la voz de Dios<sup>4</sup> :


 **1. Preparación (Silencio):** buscar un espacio confortable y sin ruido donde podemos disponer toda nuestra atención a Dios. Hacemos silencio, y generamos conciencia de lo hermoso que es estar en la presencia de Dios. Nos concentramos en nuestra respiración haciendo una pequeña oración con cada inspiración y exhalación: *“Habla, Señor, que tu siervo escucha.” (I Samuel 3:9 NVI), “Aquí tienes a la sierva/o del Señor” (Lucas 1:38 NVI).*


 **2. Leer (Lectio)** – leer el texto bíblico de manera silenciosa o en voz alta poniendo atención a las frases que conmueven sus entrañas. En silencio repite estas frases con cada respiración, dejando que resuenen en todo su ser, con cada latido de su corazón.

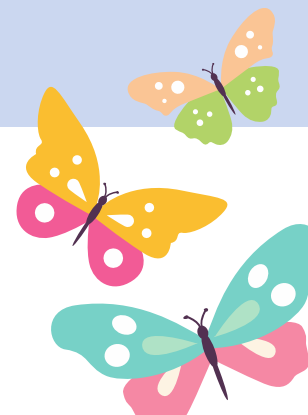
 **3. Reflexión (Meditatio)** – meditar en cómo el pasaje bíblico habla a su vida. Algunas preguntas nos permiten encontrar la voz de Dios para nuestras vidas: ¿Dónde me veo en este texto

bíblico? ¿Qué parte de este texto sacia la sed de mi corazón? Intercale tiempos de silencio, lectura y meditación.

 **4. Respuesta (Oratio)** – leer una vez más el texto, pero ahora escuchando nuestra respuesta más sincera a la Palabra de Dios. Silencio, una vez más deje que su respuesta fluya de manera libre en oración. En este momento estas dialogando con Dios, expresando sinceramente el sentir de su corazón.

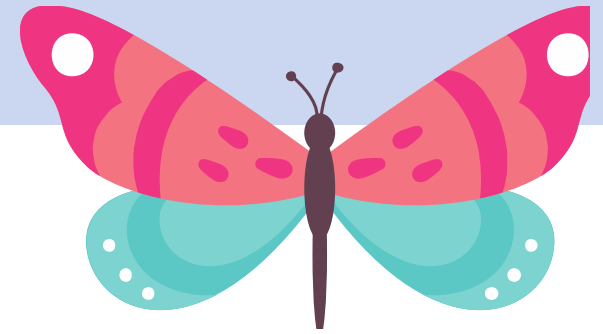
 **5. Descanso (Contemplatio)** – descansar en la palabra de Dios. Sentirnos sostenidos por los tiernos brazos de Dios, acogidos por su entrañable misericordia e infalible ternura.

 **6. Encarnar (Incarnation)** – permitir que durante el día su palabra resuene y guíe nuestro actuar, sentir y pensar. Así la palabra de Dios se hace carne en medio de nosotros.



<sup>4</sup> Barton, R H. Sacred Rhythms. Arranging our lives for spiritual transformation. IVP Books. Illinois.2006

## Resignificar Sesión: I



### Romanos 12:2 (NVI)

*No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente. Así podrán comprobar cuál es la voluntad de Dios, buena, agradable y perfecta.*

*Conversión de Saulo Hechos 9:1-17 (NVI)*

*Mientras tanto, Saulo, respirando aún amenazas de muerte contra los discípulos del Señor, se presentó al sumo sacerdote 2 y le pidió cartas de extradición para las sinagogas de Damasco. Tenía la intención de encontrar y llevarse presos a Jerusalén a todos los que pertenecieran al Camino, fueran hombres o mujeres. 3 En el viaje sucedió que, al acercarse a Damasco, una luz del cielo relampagueó de repente a su alrededor. 4 Él cayó al suelo y oyó una voz que le decía:*

*—Saulo, Saulo, ¿por qué me persigues?*

*5 —¿Quién eres, Señor? —preguntó.*

*—Yo soy Jesús, a quien tú persigues —le contestó la voz—. 6 Levántate y entra en la ciudad, que allí se te dirá lo que tienes que hacer.*

*7 Los hombres que viajaban con Saulo se detuvieron atónitos, porque oían la voz, pero no veían a nadie. 8 Saulo se levantó del suelo, pero cuando abrió los ojos no podía ver, así que lo tomaron de la mano y lo llevaron a Damasco. 9 Estuvo ciego tres días, sin comer ni beber nada. 10 Había en Damasco un discípulo llamado Ananías, a quien el Señor llamó en una visión.*

*—¿Ananías!*

*—Aquí estoy, Señor.*

*11 —Anda, ve a la casa de Judas, en la calle llamada Derecha, y pregunta por un tal Saulo de Tarso. Está orando, 12 y ha visto en una*


*visión a un hombre llamado Ananías, que entra y pone las manos sobre él para que recobre la vista.*

*13 Entonces Ananías respondió:*

*—Señor, he oído hablar mucho de ese hombre y de todo el mal que ha causado a tus santos en Jerusalén. 14 Y ahora lo tenemos aquí, autorizado por los jefes de los sacerdotes, para llevarse presos a todos los que invocan tu nombre.*

*15 —¡Ve! —insistió el Señor—, porque ese hombre es mi instrumento escogido para dar a conocer mi nombre tanto a las naciones y a sus reyes como al pueblo de Israel. 16 Yo le mostraré cuánto tendrá que padecer por mi nombre.*

*17 Ananías se fue y, cuando llegó a la casa, le impuso las manos a Saulo y le dijo: «Hermano Saulo, el Señor Jesús, que se te apareció en el camino, me ha enviado para que recobres la vista y seas lleno del Espíritu Santo». 18 Al instante cayó de los ojos de Saulo algo como escamas, y recobró la vista. Se levantó y fue bautizado; 19 y, habiendo comido, recobró las fuerzas.*

 **Contexto:** Este pasaje es un relato de vocación en el que el personaje principal Saulo, pasa por un proceso de conversión, de ser perseguidor de la fe en Jesús, hasta convertirse en un elegido para anunciar las buenas nuevas de Jesús. El proceso de transformación pasa por reconocer su condición de ceguera espiritual, renunciar a su identidad de perseguidor, reconocer la voluntad de Jesús y proyectarse hacia una nueva identidad como misionero del Reino de Jesús.

# Bálsamo de la Ternura

## Resignificar Orientados por la Lectio Divina Sesión I

Resignificar es dar un nuevo sentido a una realidad a partir de mirarla desde la ternura de Jesús. Resignificar no es desmerecer o cambiar los hechos ocurridos, sino construir una renovada interpretación de la experiencia de vida que fortalece el espíritu y el cuerpo que lo alberga. Al resignificar podemos discernir lecciones de vida que constituyen nuestro legado de sabiduría, que podemos poner al servicio de los sufren.

<sup>2</sup> *No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente. Así podrán comprobar cuál es la voluntad de Dios, buena, agradable y perfecta. Romanos 12:2*  
*La transformación implica la renovación de la mente.*

**¿Cómo mi niñez ha moldeado la manera como he construido mi sentido de identidad?**

**¿Cómo mi niñez ha moldeado la manera como he construido mi sentido de vocación?**

### Texto de Reflexión: Hechos 9:1-17 NVI

<sup>9</sup> *Mientras tanto, Saulo, respirando aún amenazas de muerte contra los discípulos del Señor, se presentó al sumo sacerdote y le pidió cartas de extradición para las sinagogas de Damasco. Tenía la intención de encontrar y llevarse presos a Jerusalén a todos los que pertenecieran al Camino, fueran hombres o mujeres.*  
*Hasta hoy ¿cuál ha sido mi propósito de vida?*

<sup>3</sup> *En el viaje sucedió que, al acercarse a Damasco, una luz del cielo relampagueó de repente a su alrededor. 4 Él cayó al suelo y oyó una voz que le decía:*

*—Saulo, Saulo, ¿por qué me persigues?*

*5 —¿Quién eres, Señor? —preguntó.*

*—Yo soy Jesús, a quien tú persigues —le contestó la voz—. 6 Levántate y entra en la ciudad, que allí se te dirá lo que tienes que hacer. ¿Qué quiere Jesús iluminar en mi vida?*

*7 Los hombres que viajaban con Saulo se detuvieron atónitos, porque oían la voz, pero no veían a nadie. 8 Saulo se levantó del suelo, pero cuando abrió los ojos no podía ver, así que lo tomaron de la mano y lo llevaron a Damasco. 9 Estuvo ciego tres días, sin comer ni beber nada.*

*10 Había en Damasco un discípulo llamado Ananías, a quien el Señor llamó en una visión.*

*—¡Ananías!*

*—Aquí estoy, Señor.*

*11 —Anda, ve a la casa de Judas, en la calle llamada Derecha, y pregunta por un tal Saulo de Tarso. Está orando, 12 y ha visto en una visión a un hombre llamado Ananías, que entra y pone las manos sobre él para que recobre la vista.*

13 Entonces Ananías respondió:

—Señor, he oído hablar mucho de ese hombre y de todo el mal que ha causado a tus santos en Jerusalén. 14 Y ahora lo tenemos aquí, autorizado por los jefes de los sacerdotes, para llevarse presos a todos los que invocan tu nombre.

15 — ¡Ve! —Insistió el Señor—, porque ese hombre es mi instrumento escogido para dar a conocer mi nombre tanto a las naciones y a sus reyes como al pueblo de Israel. 16 Yo le mostraré cuánto tendrá que padecer por mi nombre.

*Jesús que conoce cada dimensión de mi vida, ¿a qué me llama?*

### ¿Quién soy yo, ante la mirada de Jesús?

17 Ananías se fue y, cuando llegó a la casa, le impuso las manos a Saulo y le dijo: «Hermano Saulo, el Señor Jesús, que se te apareció en el camino, me ha enviado para que recobres la vista y seas lleno del Espíritu Santo».

18 Al instante cayó de los ojos de Saulo algo como escamas, y recobró la vista. Se levantó y fue bautizado; 19 y, habiendo comido, recobró las fuerzas.

### ¿Cuáles son las escamas que hasta hoy me impiden mirar a mí mismo como Jesús me mira?

### Al retirar la escamas de mi mirada, ¿a qué me llama Jesús?

### ¿Qué necesito resignificar en mi vida? ¿En mi autoconcepto/ identidad? ¿En mi vocación?

### ¿Qué alimento requiero para recobrar mis fuerzas?



**Ejercicio espiritual** - Leer la Palabra para cultivar una relación con Dios: busco un lugar sereno y confortable. Aquieto mi ruido interior. Hago conciencia de mi respiración. Inhalo y exhalo de manera consiente, lenta y profundamente. Regreso al texto bíblico. Descanso mi mano derecha sobre mi corazón, mientras vuelvo a leer el texto lentamente. Reconozco las partes del texto bíblico que hacen con que mi corazón brinque. Permito que una corta frase de este texto bíblico resuene en mi corazón iluminando mis sentimientos, pensamientos y acciones. Orientando con ternura la manera como interactúo con los niños y niñas.

## Resignificar: Sesión 2

### Génesis 1:1-5 (NVI)

Dios, en el principio, creó los cielos y la tierra. 2 La tierra era un caos total, las tinieblas cubrían el abismo, y el Espíritu de Dios se movía sobre la superficie de las aguas. 3 Y dijo Dios: «¡Que exista la luz!» Y la luz llegó a existir. 4 Dios consideró que la luz era buena y la separó de las tinieblas. 5 A la luz la llamó «día», y a las tinieblas, «noche». Y vino la noche, y llegó la mañana: ese fue el primer día.

Juan 8:12 (NVI)

<sup>12</sup> Una vez más Jesús se dirigió a la gente, y les dijo:

-Yo soy la luz del mundo. El que me sigue no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida.



Contexto: Jesús se proclama la luz del mundo, expresión que se nutre de las fiestas de los Tabernáculos. Dentro de la fiesta se incluía el rito de encender la primera noche cuatro candelabros de oro en el atrio de las mujeres. La luz que se encendía en la fiesta se notaba en toda la ciudad. En este contexto, Jesús se dirige a la gente para proclamarse no solo como la luz para Jerusalén, sino para todo el mundo. En otros evangelios, la luz también simboliza la enseñanza de Jesús que es capaz de iluminar la vida de las personas.



## Resignificar Orientados por la Lectio Divina – Sesión 2

*Resignificar es iluminar nuestras comprensiones con la luz de Dios. Generar renovados sentidos de las experiencias de vida iluminadas por la luz del amor, gracia e infinita misericordia de Dios. Nuestras experiencias de niñez dejan huellas en nuestros esquemas mentales estructurando nuestras formas de sentir, de concebir quienes somos y a que estamos llamados, nuestra vocación o propósito de vida. Resignificar estas comprensiones requiere que las iluminemos con la luz emana de la Palabra de Dios revela. Así podremos generar lecciones de vida que son verdaderos tesoros de sabiduría y bendición para los que sufren.*

Génesis 1:1-5 (NVI)

*Dios, en el principio, creó los cielos y la tierra. 2 La tierra era un caos total, las tinieblas cubrían el abismo, y el Espíritu de Dios se movía sobre la superficie de las aguas. 3 Y dijo Dios: «¡Que exista la luz!» Y la luz llegó a existir. 4 Dios consideró que la luz era buena y la separó de las tinieblas. 5 A la luz la llamó «día», y a las tinieblas, «noche». Y vino la noche, y llegó la mañana: ese fue el primer día.*

**¿Deseo que la luz de Dios ilumine mis tinieblas?**



¿Qué siento cuando Dios ilumina las tinieblas de mi vida?

*Juan 8:12 (NVI)*

*12 Una vez más Jesús se dirigió a la gente, y les dijo:*

*- Yo soy la luz del mundo. El que me sigue no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida.*

¿Es Jesús la luz de mi mundo interior?

¿Cuándo la luz de Jesús alumbró mi identidad, ¿qué nuevas comprensiones soy capaz de percibir?

¿Cuándo la luz de Jesús alumbró mi propósito de vida, ¿qué nuevas comprensiones soy capaz de percibir?

¿Cuándo la luz de Jesús alumbró las relaciones que cultivo con los hijos/as o niños/as, ¿qué nuevas comprensiones soy capaz de percibir?



**Ejercicio espiritual** - Leer la Palabra para cultivar una relación con Dios: busco un lugar sereno y confortable. Hago conciencia de mi respiración. Inhalo y exhalo lenta y profundamente. Regreso al texto bíblico. Aquieto mi ruido interior para escuchar la voz de Dios. Descanso mi mano derecha sobre mi corazón, mientras vuelvo a leer el texto lentamente. Reconozco y honro los sentimientos que el texto bíblico provoca en mi corazón. Invito a que una corta frase de este texto bíblico resuene en mi corazón iluminando mis sentimientos, acciones y orientando las relaciones que cultivo con los hijos/as o niños/as.



## Resignificar: Sesión 3



### El ministerio de la reconciliación

#### 2 Corintios 5:11-6:2 NVI

<sup>11</sup> Por tanto, como sabemos lo que es temer al Señor, tratamos de persuadir a todos, aunque para Dios es evidente lo que somos, y espero que también lo sea para la conciencia de ustedes. <sup>12</sup> No buscamos el recomendarnos otra vez a ustedes, sino que les damos una oportunidad de sentirse orgullosos de nosotros, para que tengan con qué responder a los que se dejan llevar por las apariencias y no por lo que hay dentro del corazón. <sup>13</sup> Si estamos locos, es por Dios; y, si estamos cuerdos, es por ustedes. <sup>14</sup> El amor de Cristo nos obliga, porque estamos convencidos de que uno murió por todos, y por consiguiente todos murieron. <sup>15</sup> Y él murió por todos, para que los que viven ya no vivan para sí, sino para el que murió por ellos y fue resucitado.

<sup>16</sup> Así que de ahora en adelante no consideramos a nadie según criterios meramente humano.] Aunque antes conocimos a Cristo de esta manera, ya no lo conocemos así. <sup>17</sup> Por lo tanto, si alguno está en Cristo, es una nueva creación. ¡Lo viejo ha pasado, ha llegado ya lo nuevo! <sup>18</sup> Todo esto proviene de Dios, quien por medio de Cristo nos reconcilió consigo mismo y nos dio el ministerio de la reconciliación: <sup>19</sup> esto es, que en Cristo, Dios estaba reconciliando al mundo consigo mismo, no tomándole en cuenta sus pecados y encargándonos a nosotros el mensaje de la reconciliación

. <sup>20</sup> Así que somos embajadores de Cristo, como si Dios los exhortara a ustedes por medio de nosotros: «En nombre de Cristo les rogamos que se reconcilien con Dios». <sup>21</sup> Al que no cometió pecado alguno, por nosotros Dios lo trató como pecador, para que en él recibiéramos la justicia de Dios.

<sup>6</sup> Nosotros, colaboradores de Dios, les rogamos que no reciban su gracia en vano. <sup>2</sup> Porque él dice: «En el momento propicio te escuché, y en el día de salvación te ayudé». Les digo que este es el momento propicio de Dios; ¡hoy es el día de salvación!



**Contexto:** En esta carta para Pablo la obra de Cristo tiene consecuencias prácticas. Las personas tienen la oportunidad de ser renovadas, y las relaciones heridas la oportunidad de experimentar reconciliación.

En Cristo las personas pueden mejorar sus relaciones, restaurar sus vidas, sanar su corazón. La condición para esta nueva vida fue la muerte y resurrección de Jesús, el cual entregó su vida en sacrificio por amor a toda la humanidad. La invitación de Jesús es a una reconciliación plena, con Dios, con nosotros mismos y entre los seres humanos.



## Resignificar Orientados por la Lectio Divina Sesión 3

Resignificar es un paso importante hacia la reconciliación con nuestra historia de vida. En la medida que la luz de Jesús ilumina nuestras experiencias de crianza durante la niñez, nos abrimos a la posibilidad de construir sentidos renovados y saludables discernidos desde la voz de Dios. Entonces “la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús” (Filipenses 4:7 NVI). Esta paz se convierte en aliento para la vida bajo el propósito de Dios, y hace con que la ternura brote en las relaciones que cultivamos con los hijos e hijas o niños y niñas.



### El ministerio de la reconciliación 2 Corintios 5:11

***11 Por tanto, como sabemos lo que es temer al Señor, tratamos de persuadir a todos, aunque para Dios es evidente lo que somos, y espero que también lo sea para la conciencia de ustedes. 12 No buscamos el recomendarnos otra vez a ustedes, sino que les damos una oportunidad de sentirse orgullosos de nosotros, para que tengan con qué responder a los que se dejan llevar por las apariencias y no por lo que hay dentro del corazón.***

¿Tengo la seguridad de quien soy (identidad) en Cristo?

¿Tengo la convicción de mi propósito de vida (vocación) en Cristo?

¿Me dejo llevar por las apariencias?

***13 Si estamos locos, es por Dios; y, si estamos cuerdos, es por ustedes. 14 El amor de Cristo nos obliga, porque estamos convencidos de que uno murió por todos, y por consiguiente todos murieron. 15 Y él murió por todos, para que los que viven ya no vivan para sí, sino para el que murió por ellos y fue resucitado.***

¿Para quién vivo?

¿Vivo para mis dolores y emociones?

**¿Vivo únicamente para mí mismo?**

**¿Vivo para que Cristo sea glorificado?**

*<sup>16</sup> Así que de ahora en adelante no consideramos a nadie según criterios meramente humanos. Aunque antes conocimos a Cristo de esta manera, ya no lo conocemos así. <sup>17</sup> Por lo tanto, si alguno está en Cristo, es una nueva creación. ¡Lo viejo ha pasado, ha llegado ya lo nuevo!  
¿Qué sentimientos inundan mi corazón al leer que en Cristo todo puede ser hecho nuevo?*

**En Cristo, ¿cómo ha sido renovada mi identidad?**

**En Cristo, ¿cómo ha sido renovado mi propósito de vida (vocación)?**

**En Cristo, ¿Cómo han sido renovadas las relaciones que cultivo con los hijos e hijas o niños y niñas?**

*<sup>18</sup> Todo esto proviene de Dios, quien por medio de Cristo nos reconcilió consigo mismo y nos dio el ministerio de la reconciliación: <sup>19</sup> esto es, que en Cristo, Dios estaba reconciliando al mundo consigo mismo, no tomándole en cuenta sus pecados y encargándonos a nosotros el mensaje de la reconciliación. <sup>20</sup> Así que somos embajadores de Cristo, como si Dios los exhortara a ustedes por medio de nosotros: «En nombre de Cristo les rogamos que se reconcilien con Dios». <sup>21</sup> Al que no cometió pecado alguno, por nosotros Dios lo trató como pecador, para que en él recibiéramos la justicia de Dios.*

**¿Cómo me siento al ser llamado a un ministerio de reconciliación?**

**¿Qué dimensiones de mi identidad y propósito existencial carecen ser reconciliados con Dios?**

**¿Las relaciones que cultivo con los hijos e hijas o niños y niñas requieren ser reconciliadas?**

**¿Cómo puedo cultivar un corazón abierto a la reconciliación con Dios? Conmigo mismo? Y Con los hijos e hijas o niños y niñas?**

<sup>6</sup> Nosotros, colaboradores de Dios, les rogamos que no reciban su gracia en vano. 2 Porque él dice: «En el momento propicio te escuché, y en el día de salvación te ayudé». Les digo que este es el momento propicio de Dios; ¡hoy es el día de salvación!

Dejo resonar en mi corazón: ¡hoy es día de salvación!



**Ejercicio espiritual** - Leer la Palabra para cultivar una relación con Dios: Busco un lugar tranquilo y agradable. Hago conciencia de mi respiración. Siento mi pecho expandir lentamente con cada inhalación y descansar suavemente con cada exhalación. Regreso a la Palabra de Dios. Aquieto mi ruido interior y preparo mi corazón para escuchar la mansa voz de Dios.

Descanso mi mano derecha sobre mi corazón, mientras vuelvo a leer el texto de manera serena. Invito a que una corta frase del texto bíblico resuene en mi corazón.

Medito sobre el pronunciamiento de Dios y sobre cómo su Palabra orienta las relaciones que cultivo con Él, conmigo mismo y con los hijos e hijas o niños y niñas.



## Trascender: Parte 3



### Oración - Inspira nuestra ternura

*Espíritu Santo, hemos sido creados como seres de ternura.*

*Solos no estaríamos en condiciones para realizar nuestra vocación.*

*Inspíranos tú, para que nuestra ternura se exprese según el corazón de Dios y nuestro ser se transforme en su luminoso reflejo.*

*Inspíranos formas y comportamientos de verdadera compasión y haznos capaces de estar cerca de quien se encuentra solo, participando con sinceridad en sus dolores y alegrías comprometiéndonos en primera persona en un servicio rico de premura y generosidad.*

*Espíritu Santo tenemos necesidad de ti.*

*Solos no somos capaces de amar.*

*Que tu poder nos sostenga.*

*Difunde el rocío de tu dulzura en nuestro espíritu y haznos acogedores de tus dones para hacerlos fructificar.*

*Inspira nuestras palabras para que resuenen siempre llenas de simpatía hacia cada hermano o hermana que encontramos. Que no sean flechas que lastiman el corazón, sino caricias que confortan y apoyan,*

*palabras que alegran y contagian de alegría el vivir.  
Ven luz.*

*Ven, Maestro interior.*

*Ven, Respiro del alma*

*Ven, Vida indestructible*

*Ven, Alegría sin fin*

*Ven, Gloria eterna.*

*Llénanos de ti e inspira nuestra ternura.  
Amen*

Carlos Rochetta<sup>3</sup>



## **Bálsamo de la Ternura**

### **Trascender con el poder de la oración**

La oración es como cultivamos una relación íntima con Dios, de corazón a corazón. Una relación íntima implica que nos presentamos de manera honesta y verdadera ante Dios. Permitimos que el silencio, nos ayude a hacer conciencia de nuestro más profundo clamor. Un clamor que las palabras no son capaces de expresar. Muchas veces ese clamor en oración son apenas gemidos, los ruidos de nuestras entrañas, el sudor de nuestra frente, el frío de nuestras manos, las lágrimas, o las miradas.

Todo nuestro cuerpo se expresa en oración.

Sin embargo la oración además de ser una manera de comunicarnos con Dios es también una forma de entrar en comunión con Él, convivir con Dios . La comunión abre las puertas para que Dios entre en lo más profundo de nuestro ser, en las dimensiones que ocultamos de nosotros mismos y de las demás personas:

Oración significa permitir que el amor creativo (restaurador) de Dios toque los lugares más ocultos de nuestro ser , la oración también significa una escucha atenta con todo nuestro corazón al mover interior del Espíritu de Jesús, inclusive cuando el espíritu los guía lugares que nos gustaría ir – Ruth Barton

La oración es una práctica espiritual holística que mueve todo nuestro ser. Ruth Barthon la llama Respiración en Oración y la describe de la siguiente manera:

<sup>3</sup>Tú eres ternura. "Busco tu rostro Señor". Carlo Rochetta. Editorial Claretiana. 2012. Páginas 39-40

<sup>1</sup> Entre a este espacio de solitud con Dios, donde las palabras se vuelven incapaces de expresar lo más profundo de su ser. Uno no usa el pensamiento cuando va hacer la oración en respiración, sino que uno descubre su oración escuchado los anhelos más profundos de su corazón.

<sup>2</sup> Transforme este más profundo anhelo de su corazón en una frase corta, de su autoría o un versículo bíblico, por ejemplo: "Aquí estoy con mi niño interior herido, sobreviviendo". "Solo una palabra tuya bastará para sanarme". "Misericordia". "nada puede separarme del amor de Dios". Aun cuando estas frases pueden no capturar todo lo que queremos expresar, ellas pueden representar el anhelo más profundo de nuestro ser.

<sup>3</sup> Con cada inspiración repite en silencio, mi oración en respiración. A largo de día repito mi oración en respiración.



## Trascender – Sesión I



### El amor a los enemigos

#### Lucas 6:27-36 NVI

<sup>27</sup> *»Pero a ustedes que me escuchan les digo: Amen a sus enemigos, hagan bien a quienes los odian, 28 bendigan a quienes los maldicen, oren por quienes los maltratan. 29 Si alguien te pega en una mejilla, vuélvele también la otra. Si alguien te quita la capa, no le impidas que se lleve también la camisa. 30 Dale a todo el que te pida y, si alguien se lleva lo que es tuyo, no se lo reclames. 31 Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes.*

<sup>32</sup> *»¿Qué mérito tienen ustedes al amar a quienes los aman? Aun los pecadores lo hacen así. 33 ¿Y qué mérito tienen ustedes al hacer bien a quienes les hacen bien? Aun los pecadores actúan así. 34 ¿Y qué mérito tienen ustedes al dar prestado a quienes pueden corresponderles? Aun los pecadores se prestan entre sí, esperando recibir el mismo trato. 35 Ustedes, por el contrario, amen a sus enemigos, háganles bien y denles prestado sin esperar nada a cambio. Así tendrán una gran recompensa y serán hijos del Altísimo, porque él es bondadoso con los ingratos y malvados. 36 Sean compasivos, así como su Padre es compasivo.*



**Contexto:** Este pasaje se inserta en el sermón del monte o del Llano en el caso de Mateo. Estos trozos de los evangelios presentan la ética radical del mensaje de Jesús. Frente a la ética farisea que privilegiaba hacer el bien a los semejantes, a los de igual posición, a los buenos; la ética de Jesús trasciende porque lleva al desafío de amar a los enemigos, a los ofensores, a los que maldicen y no solo eso, propone acciones positivas como bendecir, orar, perdonar, amar incondicionalmente. El discípulo debe poner la otra mejilla, lo cual, no es tanto una actitud de aguante, sino que debe buscar la reconciliación y renunciar a las formas violentas de resolver conflictos.





# TRASCENDER



## Bálsamo de la Ternura

### Trascender con el poder de la oración: Sesión I

Trascender es la libertad interior para perdonar y reconciliar. Es una suave invitación a limpiar el corazón del rencor, ira y el dolor que pueden haber generado las Experiencias Adversas de la Niñez. Perdonar es una decisión libre, es una postura que uno asume frente a los que nos han herido. No se impone, ni se obliga, es una voluntad interior.



### El amor a los enemigos Lucas 6:27-36 NVI

<sup>27</sup> »Pero a ustedes que me escuchan les digo: Amen a sus enemigos, hagan bien a quienes los odian, <sup>28</sup> bendigan a quienes los maldicen, oren por quienes los maltratan. ¿Qué ciento cuando Jesús me invita a hacer el bien a quienes me odian o maldicen?

¿Cuál es mi oración para los que me han maltratado?

<sup>29</sup> Si alguien te pega en una mejilla, vuélvele también la otra. Si alguien te quita la capa, no le impidas que se lleve también la camisa.

<sup>30</sup> Dale a todo el que te pida y, si alguien se lleva lo que es tuyo, no se lo reclames.

¿Qué tengo a ofertar a aquellos que generaron las Experiencias Adversas de mi Niñez?

<sup>31</sup> Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes.

Llevo esta frase bíblica al lugar más herido de mi corazón: “Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes”

Dejo que esta frase bíblica resuene en mi corazón.

¿Qué claman mis extrañas?

<sup>32</sup> »¿Qué mérito tienen ustedes al amar a quienes los aman? Aun los pecadores lo hacen así. <sup>33</sup> ¿Y qué mérito tienen ustedes al hacer bien a quienes les hacen bien? Aun los pecadores actúan así. <sup>34</sup> ¿Y qué mérito tienen ustedes al dar prestado a quienes pueden corresponderles? Aun los pecadores se prestan entre sí, esperando recibir el mismo trato.

¿Cómo siento ante el cuestionamiento que Jesús hace a mi capacidad de amar?

<sup>35</sup> Ustedes, por el contrario, amen a sus enemigos, háganles bien y denles prestado sin esperar nada a cambio. Así tendrán una gran recompensa y serán hijos del Altísimo, porque él es bondadoso con los ingratos y malvados. <sup>36</sup> Sean compasivos, así como su Padre es compasivo.

**¿Estoy listo para reconciliarme con las personas que me hirieron durante mi niñez?**

**¿Hasta dónde quiero o puedo perdonar a los que me hirieron?**

**¿Qué clama mi corazón, ante la invitación a perdonar los que me han ofendido?**



### **Ejercicio espiritual – Oración en respiración:**

Voy a mi espacio de serenidad y de solitud con Dios donde cultivo mi espiritualidad. Cierro los ojos y respiro lenta y profundamente. Abro mi ser permitiendo que el Espíritu interceda por mí desde mis más profundas heridas con gemidos indecibles (Romanos 8.26). En una pequeña frase capturo el clamor de mi espíritu, y la expreso mentalmente de manera rítmica en cada respiración.



## Trascender – Sesión 2



### Jesús restituye a Pedro Juan 21:15-19 (NVI)

<sup>15</sup> Cuando terminaron de desayunar, Jesús le preguntó a Simón Pedro:

- Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?
- Sí, Señor, tú sabes que te quiero —contestó Pedro.
- Apacienta mis corderos —le dijo Jesús.

<sup>16</sup> Y volvió a preguntarle:

- Simón, hijo de Juan, ¿me amas?
- Sí, Señor, tú sabes que te quiero.
- Cuida de mis ovejas.

<sup>17</sup> Por tercera vez Jesús le preguntó:

- Simón, hijo de Juan, ¿me quieres?

A Pedro le dolió que por tercera vez Jesús le hubiera preguntado: « ¿Me quieres? » Así que le dijo:

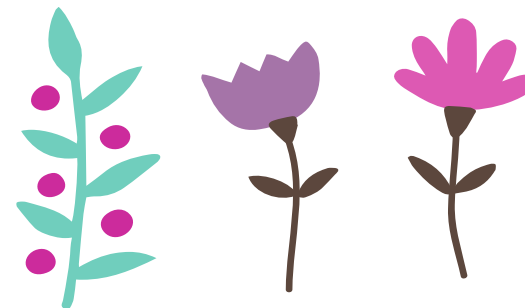
- Señor, tú lo sabes todo; tú sabes que te quiero.
- Apacienta mis ovejas —le dijo Jesús—. <sup>18</sup> De veras te aseguro que cuando eras más joven te vestías tú mismo e ibas adonde querías; pero, cuando seas viejo, extenderás las manos y otro te vestirá y te llevará adonde no quieras ir.

<sup>19</sup> Esto dijo Jesús para dar a entender la clase de muerte con que Pedro glorificaría a Dios. Después de eso añadió:

- ¡Sígueme!



**Contexto:** Este pasaje es reconocido como el momento en que Jesús restaura a Pedro después de haberle negado tres veces, y le encomienda la tarea cuidar a las ovejas, las cuales representan a seguidores de Jesús en las primeras comunidades cristianas. Jesús pregunta dos veces a Pedro si lo ama (con el verbo ágape) y una tercera vez si lo quiere (con el verbo fileo) para ayudar a Pedro a trascender su experiencia traumática de negación. La respuesta de Pedro ante las primeras preguntas es que lo ama (fileo) hasta la tercera vez que Jesús pregunta, él contesta que si lo ama (agapeo). Con todas sus limitaciones, pero logra reponerse ante la ternura de Jesús y acoger una misión que trascendente “cuidar el rebaño del Señor”.



## Bálsamo de la Ternura



### Trascender con el poder de la oración Sesión 2

Trascender es dejar una huella intergeneracional de ternura. Aun cuando ya no esté físicamente presente, mi marca de ternura permanecerá en la vida de las personas que he amado. Criar, cuidar y formar a los niños y niñas con la ternura del Buen Pastor, deja una huella de amor en ADN genético, emocional y espiritual de los niños y niñas que se transmite hasta la tercera generación. La ternura que trasciende las generaciones es la que se cultiva en el cotidiano y diario vivir de los niños y niñas.



### Texto Bíblico para reflexión Juan 21:15-19 NVI

<sup>15</sup> Cuando terminaron de desayunar, Jesús le preguntó a Simón Pedro:

—Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?

\_\_\_\_\_ (mi nombre), hija/o  
de \_\_\_\_\_ (nombre de mi mamá/papá o cuidador)  
¿me amas más que estos?

—Sí, Señor, tú sabes que te quiero —contestó Pedro.

Aquieto mi espíritu, y contesto la pregunta que Jesús me hace  
—Apacienta mis corderos —le dijo Jesús.

¿A quiénes Jesús me invita a apacientar?

<sup>16</sup> Y volvió a preguntarle:

—Simón, hijo de Juan, ¿me amas?

\_\_\_\_\_ (mi nombre), hija/o de  
\_\_\_\_\_ (nombre de mi mamá/papá o cuidador) ¿me  
amas?

—Sí, Señor, tú sabes que te quiero.

Aquieto mi espíritu, y contesto la pregunta que Jesús me hace

—Cuida de mis ovejas.

¿A quiénes Jesús me invita a cuidar?

<sup>17</sup> Por tercera vez Jesús le preguntó:

—Simón, hijo de Juan, ¿me quieres?

\_\_\_\_\_ (mi nombre), \_\_\_\_\_ (nombre  
de mi mamá/papá o cuidador) ¿me quieres?

A Pedro le dolió que por tercera vez Jesús le hubiera preguntado: «  
¿Me quieres?»

\_\_\_\_\_ (mi nombre), ¿me quieres?

¿Qué sentimientos invaden mi corazón cuando Jesús me pregunta  
por tercera vez si lo amo?

Así que le dijo:

—Señor, tú lo sabes todo; tú sabes que te quiero.

Aquieto mi espíritu, y contesto la pregunta que Jesús me hace.

—Apacienta mis ovejas

**¿A quiénes Jesús me vuelve a invitar a apacientar?**

le dijo Jesús—. <sup>18</sup> De veras te aseguro que cuando eras más joven te vestías tú mismo e ibas adonde querías; pero, cuando seas viejo, extenderás las manos y otro te vestirá y te llevará adonde no quieras ir.

<sup>19</sup> Esto dijo Jesús para dar a entender la clase de muerte con que Pedro glorificaría a Dios. Después de eso añadió:

— ¡Sígueme!

Seguir a Jesús, es permitir que el siga trascendiendo en mi vida hoy y siempre.

**¿Qué hago para que mi ternura trascienda en la vida de los hijos e hijas o de los niños y niñas de hoy y de mañana?**



### Ejercicio espiritual – Oración en respiración:

Voy al espacio sereno donde cultivo mi espiritualidad. Cierro los ojos y respiro lenta y profundamente. Permito que la Palabra de Dios llegue al rincón más herido de mí ser. Aquieto mi corazón y espero que el Espíritu

Santo clame desde la profundidad de mi ser, intercediendo por mi restauración. En una pequeña frase capturo el clamor de mi espíritu, y la expreso mentalmente de manera rítmica en cada respiración.



## Trascender – Sesión 3



### Salmo 23 (NVI)

*El SEÑOR es mi pastor, nada me falta; en verdes pastos me hace descansar.*

*Junto a tranquilas aguas me conduce; me infunde nuevas fuerzas.*

*Me guía por sendas de justicia por amor a su nombre.*

*Aun si voy por valles tenebrosos, no temo peligro alguno porque tú estás a mi lado; tu vara de pastor me reconforta.*

*Dispones ante mí un banquete en presencia de mis enemigos.*

*Has ungido con perfume mi cabeza; has llenado mi copa a rebosar.*

*La bondad y el amor me seguirán todos los días de mi vida;*

*y en la casa del SEÑOR habitaré para siempre.*



**Contexto:** Este Salmo se fundamenta en la realidad pastoril de la época en que fue escrita. En diversas ocasiones se atribuye al rey el rol de pastor para su pueblo. Además, el pastor es quien cuida del rebaño y le guarda de los peligros. Cada escena de este Salmo es una descripción gráfica del rol de cuidado y ternura que el pastor realiza con su rebaño. En este caso, los cuidados de Dios para con sus hijos e hijas.

Esta confianza en Dios como pastor, lleva al salmista a la afirmación de que “nada le falta”. En el Nuevo Testamento en Juan 10,1-18 se identifica a Cristo como auténtico pastor que da su vida por las ovejas. En la primera carta de Pedro 2:25 (NVI) se sintetiza en una unidad entre Cristo y la iglesia: “Antes eran ustedes como ovejas descarriadas, pero ahora han vuelto al Pastor que cuida de sus vidas.”

## Bálsamo de la Ternura



### Trascender con el poder de la oración Sesión 3

Trascender es la disposición de aprender de nuestras Experiencias Adversas de la Niñez a fin de no repetirlas en la vida de los hijos e hijas y de los niños y niñas que tanto amamos. Aun cuando no olvidamos nuestras Experiencias Adversas de la Niñez, la cuidamos para que no se conviertan en motivo de dolor para nosotros mismos o la causa de las heridas que podamos generar de manera consciente o inconsciente a los hijos e hijas o niños y niñas.



### Salmo 23 NVI

El SEÑOR es mi pastor, nada me falta; <sup>2</sup> en verdes pastos me hace descansar.

**¿Los niños y niñas que cuido cultivan una relación con el Buen Pastor fuente de vida plena?**

**¿Soy como un pastor para mis hijos e hijas o niños y niñas que cuido?**

¿Soy para mis hijos e hijas como verdes pastor donde ellos pueden descansar?

Junto a tranquilas aguas me conduce; <sup>3</sup> me infunde nuevas fuerzas.

En momentos de dificultad, ¿conduzco mis hijos e hijas a aguas tranquilas donde pueden fortalecerse?

En momentos de dificultad, ¿conduzco a los niños y niñas que cuido o educo a aguas tranquilas donde pueden fortalecerse?

Me guía por sendas de justicia por amor a su nombre.

¿Formo a mis hijos e hijas o niños y niñas que cuido en la ética cristiana por amor a Jesús?

<sup>4</sup> Aun si voy por valles tenebrosos, no temo peligro alguno porque tú estás a mi lado; tu vara de pastor me reconforta.

¿Qué tan seguros están mis hijos e hijas de que mi amor jamás los abandonará y que siempre estaré presente?

¿Uso la vara para proteger mis hijos e hijas de las amenazas externas y el cayado para guiarlos en amor?

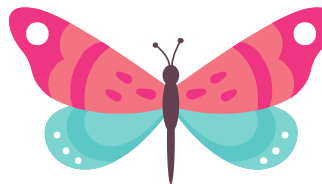
<sup>5</sup> Dispones ante mí un banquete en presencia de mis enemigos.

¿He formado en mis hijos e hijas cómo tratar a sus enemigos?

¿He formado a los niños y niñas que cuido o educo en cómo tratar a sus enemigos?

Has ungido con perfume mi cabeza; has llenado mi copa a rebosar.

¿Bendigo la vida de mis hijos e hijas, o de los niños y niñas que cuido?





<sup>6</sup>La bondad y el amor me seguirán todos los días de mi vida; y en la casa del SEÑOR habitaré para siempre.

Aun cuando yo como padre, madre o cuidador falle, ¿mis hijos e hijas/ niños y niñas tienen la seguridad de que la misericordia y el amor infalible de Dios os seguirán todos los días de sus vidas, y más allá de la muerte?



**Ejercicio espiritual – Oración en respiración:**

Voy al espacio sereno donde cultivo mi espiritualidad. Cierro los ojos y respiro lenta y profundamente. Permito que el Salmo 23 llegue al rincón donde guardo los más preciosos anhelos para mis hijos o hijas o niños y niñas que cuido. Silencio mi corazón, para que el Espíritu Santo interceda por los niños y niñas que tanto amo. En una pequeña frase capturo el clamor de mi espíritu por los niños y niñas, y lo expreso mentalmente de manera rítmica en cada respiración.



