

Guías para la implementación de las disciplinas espirituales: oración y comunión

Yanet Flórez Calderón

Saskia A. Donner, PhD.

Fundación Universitaria Seminario Bíblico de Colombia

Facultad de Teología

Medellín, noviembre de 2022

Índice de contenido

La oración como disciplina espiritual	3
Reunión 1. Intimar con Dios en la oración	3
Reunión 2. Presencia y aceptación	8
Reunión 3. Desarrollando la confianza en Dios	14
Reunión 4. Reconociendo nuestra debilidad en la oración	20
La comunión como disciplina espiritual	26
Reunión 1. La humildad es generadora de comunión	26
Reunión 2. Actos de bondad que refuerzan la comunión	32
Reunión 3. La compasión nos une	38
Reunión 4. El perdón restaura la comunión	44
Bibliografía	53

La oración como disciplina espiritual

Las cuatro actividades que se encuentran a continuación están fundamentadas en el modelo de oración del “*Padre Nuestro*” de Mateo 6:9-13. Y están diseñadas para que se realice una parte en grupo y otra parte de forma individual. La primera parte de la actividad es un estudio bíblico con el que se podrá explorar la verdad de la Escritura sobre la oración. En la segunda parte de la actividad se presentarán ejercicios prácticos que ayudarán al creyente a tener la oportunidad de aplicar la oración de manera individual.

Reunión 1: intimar con Dios en la oración

Objetivos

Al finalizar la reunión se espera que los participantes estén en capacidad de:

- Reconocer la oración como una disciplina necesaria para la vida del creyente.
- Apreciar la oración del *Padre Nuestro* como un modelo eficaz para el encuentro con Dios en la oración.
- Orar de acuerdo al enfoque aprendido “Padre nuestro que estas en los cielos”.
- Desarrollar guía de oración en casa con el enfoque: “adoración”.

Preparativos

- Tenga lápices y una hoja con la oración del “Padre Nuestro” y sus partes (entregales esta impresión con el proposito de la llevan a cada reunión).
- Aliste copias de la “hoja guía para el trabajo en clase” y las “hojas de guía para trabajo en casa”.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación las copias anteriormente descritas.

Apertura (10 minutos)

Pida a los participantes que traten de retener la respiración por 30 segundos, los cuales usted va a contabilizar. (Aclare que si no pueden retener la respiración por tanto tiempo, solo deben hacer el intento por un corto momento).

Socialice con el grupo cómo se sintieron físicamente al no permitir la entrada de aire a los pulmones.

Así como el aire es necesario y vital para el cuerpo, la oración es vital y esencial para la vida espiritual del creyente y para mantener una relación viva con Dios nuestro Padre. También, orar es como respirar. En el proceso de respiración **inhalamos oxígeno**, necesario para el funcionamiento de nuestro organismo, y **exhalamos el dióxido de carbono**. En la oración **inhalamos la presencia de Dios**, su amor, sabiduría, fortaleza y **exhalamos nuestro pecado, temores, ansiedades** ante su presencia.

La oración debe ser constante, así como respiramos de manera constante. Debe ser persistente, con resolución y tenacidad al menos cada día, ya sea que tengamos el deseo de hacerlo o no (1 Tes 5:17).

Explicación (30 minutos)

Inicie preguntando a los participantes: ¿qué es la oración?

Dé tiempo para que los participantes respondan.

Enfatice:

- La oración es una necesidad vital en la vida del cristiano (Lc 18:1).
- La oración es una respuesta a la Palabra; es una conversación con Dios.
- La oración genera una comunión íntima y personal con Dios.

Explique: para practicar la disciplina de la oración estaremos utilizando la oración del *Padre Nuestro* (Mt 6:9-13) como guía o modelo.

- Entrega la copia de la oración del “Padre Nuestro” y díles que la idea es que la lleven a cada reunión, la pueden subrayar, colocar la palabra enfoque y realizar apuntes al margen, si así lo desean.

Puede interactuar con los participantes y reflexionar con las siguientes preguntas:

¿Qué piensan de orar el Padre Nuestro? ¿Qué inquietudes les levanta o por qué consideran que sería una buena práctica?

Si al socializar los participantes evidencian alguna incomodidad al orar el Padre Nuestro, (ya sea por su trasfondo religioso, o porque lo relacionan con un rezo, entren otros), aproveche la oportunidad de explicar el porqué orar así. Si no, omita el siguiente paso.

A continuación, algunas razones que puede usar:

1. Porque se presenta como un imperativo de Jesús.
2. Porque nos muestra una dirección y orden en la oración.
3. Porque incluye todo lo inherente a la relación del hombre con Dios y los demás.
4. Porque abarca todas las necesidades propias del ser humano.
5. Porque nos anima a ver la realidad de nuestra relación más importante, la relación con Dios.

Explique: cada semana, estudiaremos dos frases de la oración del *Padre Nuestro*, la primera frase se trabajará en grupo, y la segunda de manera personal en casa.

Para la primera semana, la primera frase será “Padre nuestro que estás en los cielos” (Mt 6:9b, RVR1960), con un enfoque en la **intimidad**. En casa, trabajaremos la frase “Santificado sea tu nombre” (Mt 6:9c, RVR1960), con un enfoque en la **adoración**.

Lea Mateo 6:9 en voz alta.

Pídale a cada participante que lea nuevamente Mateo 6:9, esta vez, una lectura mental.

Lleve a los participantes a reflexionar sobre el inicio de la oración enseñada por Jesús:

“*Padre nuestro que estás en los cielos*”. Usted puede formular las siguientes preguntas de manera abierta o ir dando participación a los integrantes de tal manera que todos puedan compartir sus opiniones:

- ¿Cómo nos presenta Jesús a Dios y qué tipo de relación quiere que tengamos con él?
- ¿Qué seguridad tenemos del amor del Padre?
- ¿Le cuesta ver a Dios como Padre? Si la respuesta es sí, pregunte ¿por qué?

Enfatice: la primera frase de la oración del *Padre Nuestro* nos lleva a entender el tipo de relación que Jesús quiere que tengamos con el Padre: una relación de intimidad, de hijo a Padre. La intención de Dios es tener una relación personal y amorosa con nosotros, y precisamente la oración es uno de esos medios que genera esa comunión íntima con el Padre.

Aplicación (20 minutos)

Invite a los participantes a orar de la siguiente manera:

- Pídeles a los participantes que tomen dos o tres minutos para orar a solas. En esta oración van a dar gracias a Dios por permitirles ser sus hijos, por ser nuestro Padre. Anime a los participantes a llamar a Dios Padre y a tener un momento íntimo de comunión con él.

- Si la reunión es presencial y han estado mucho tiempo sentados, pídale a los participantes que estén de pie en forma de círculo y anime a que dos o tres personas oren. Diles orar en intimidad es abrir el corazón a Dios, así como el hijo prodigo corrió a los brazos de su padre amoroso y confesó su pecado. Anime a orar por aquellas cosas que el Espíritu Santo traiga a sus mentes para arrepentimiento.
- Por último, anime a otros participantes que no hayan orado a presentar sus peticiones o necesidades a Dios, teniendo presente que él es el Padre Celestial que provee y cuida de sus hijos.

Nota: si la reunión es virtual, Pida a 3 integrantes que dirijan la oración, con las siguientes directrices:

- Orar dando gracias a Dios, por permitirnos ser sus hijos y el nuestro Padre.
- Orar en arrepentimiento, por aquellas cosas que el Espíritu Santo traiga a la memoria.
- Orar por las necesidades personales y del grupo.

Finalice este tiempo con su propia oración.

- Pregunte: ¿Cómo les pareció este ejercicio? ¿Tienen alguna pregunta? *Dé un breve tiempo para socializar.*

Formación de hábitos personales (5 minutos). Explique qué, así como se aprendió y oró una frase del *Padre Nuestro* en la reunión, se hará un trabajo parecido en casa, durante la semana.

La segunda frase de la oración modelo es: “santificado sea tu nombre” y el enfoque a trabajar es **adoración**.

Proceda a entregar la guía para desarrollar en casa. Anime a cada participante a realizarla durante la semana y a preguntarle a usted si le surge alguna duda o inquietud.

¡Anime a los participantes a orar todos los días en casa!

Guía de oración en casa: semana 1

“Santificado sea tu nombre.”

1. **Lea Mateo 6:9c en voz alta y mentalmente**

Enfoque: adoración

2. **Lea y medite en lo siguiente:** aunque Jesús nos acerca a Dios como Padre, no desconoce su deidad y la gloria que le pertenece. Por esto, nos invita a reconocer en nuestra oración la gloria de Dios, reconocer su santidad, honrarlo y venerarlo. Pregúntese: **¿Al orar a Dios nos damos cuenta de lo que él es? Medite un momento en esta pregunta.** Sea sincero.

El “nombre” del Señor en la Biblia se refiere a la persona que él mismo reveló ser. “Santificar” su nombre significa conocer, venerar, y honrar todo lo que él es. ¿Dar gloria al nombre de Dios es algo que hace en sus oraciones?

3. **Reflexione acerca de quién es y cómo es Dios.** Algunos atributos o características de Dios por los cuales puede adorarlo es que es amor, es bueno y es poderoso. Piense en otras características de Dios por las cuales puede adorarlo también.

4. **Después de reflexionar, tome un momento a solas y adore a Dios en oración.**

Reunión 2: presencia y aceptación

Objetivos

Al finalizar la reunión se espera que los participantes estén en capacidad de:

- Identificar las características del orante.

- Conocer el significado de la petición “venga a nosotros tu reino”.
- Orar de acuerdo al enfoque aprendido “venga tu reino”.
- Desarrollar la guía de oración en casa con el enfoque “aceptación”.

Preparativos

- Escribir, peticiones de oración en diferente papeles. Ver instrucción en la parte de la aplicación.
- Aliste las copias de guía para trabajo en casa.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación las copias anteriormente descritas.

Retroalimentación (5 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con el desarrollo de la segunda frase de la oración del *Padre Nuestro*: “Santificado sea tu nombre” y su enfoque: **adoración**.

Tome tiempo para conversar acerca de cómo les fue con el desarrollo de la guía y la práctica de la oración, teniendo en cuenta lo aprendido hasta el momento.

Apertura (10 minutos)

Cuente la parábola del fariseo y publicano encontrada en Lucas 18:10-14. El propósito es narrar la historia en lugar de leerla. Para esto, debe prepararla en casa, leerla varias veces y tratar de memorizarla para que la cuente lo más apegada a la lectura bíblica.

La segunda opción es que cambie los personajes y actualice la historia. Por ejemplo en lugar de hablar de un fariseo, puede hablar de un líder de iglesia muy religioso o estudiado, y en lugar de un publicano puede ser una persona que no tiene mucho tiempo o experiencia en la iglesia. Si desea actualizar la historia, prepare un libreto donde narre todo el relato y practique cómo contar la historia varias veces.

Al terminar, pregunte: ¿Qué lección le deja esta parábola? ¿Qué característica ve Dios como importante cuando oramos?

Socialice con el grupo las respuestas.

Enfatice que además de aprender a orar según el modelo que nos enseñó Jesús, también es *necesario cultivar ciertas características al acercarnos a Dios en oración.*

Explicación (30 minutos)

Inicie preguntando **¿Qué características cree usted que debe tener la persona que ora?**

Anime a los participantes a mencionar una característica del orante.

Diga que desea resaltar tres características importantes del orante:

1. El orante debe acercarse a Dios con humildad
 - Versículo de apoyo: Salmo 138:6.
2. El orante debe acercarse a Dios con un corazón reverente.
 - Versículo de apoyo: Hebreos 5:7.
3. El orante debe acercarse a Dios con fe.
 - Versículo de apoyo: Hebreos 11:6.

Enfatice: no solo debemos aprender a orar con los enfoques que nos enseñó Jesús en la oración del *Padre Nuestro*, también debemos tener ciertas características que hacen que nuestras oraciones sean recibidas por el Padre. Por ejemplo, se necesita fe para acercarse a Dios como Padre y saber que seremos escuchados. Se necesita un corazón reverente para adorar y santificar el nombre de Dios. Y se necesita humildad para reconocer nuestras falencias y pedir que sea Dios el que reine en nuestros corazones, como veremos a continuación.

Esta semana se estudiarán dos frases de la oración del *Padre Nuestro*, la primera frase se trabajará en grupo, y la segunda de manera personal en casa. La primera frase es “Venga tu reino” (Mt 6:10a RVR1960), con un enfoque en la **presencia** de Dios y la segunda es “*Hágase tu voluntad así en el cielo como en la tierra*” (Mt 6:10b) con un enfoque de **aceptación**.

Lea Mateo 6:10a

Pídale a cada participante que medite un momento en esta oración: “*venga tu reino*”.

De antemano, estudie la exégesis del texto (Mt 6:10). Usted puede explicar y socializar lo siguiente, o lo que considere importante explicar.

Explique: el reino de Dios no solo apunta a cuando Jesús vuelva en su segunda venida a reinar, sino que también apunta al gobierno de Dios sobre los hombres. Así que, en nuestras oraciones, debemos pedir que el reino de Dios se establezca empezando en nuestro corazón y se extienda a la vida de otros.

Enfatice: Jesús es el rey de todo (Fil 2:9-11). Pero su reino existe de manera especial donde hay personas que lo entonan como su Señor. Aunque él es rey sobre todo, muchos no se someten a su gobierno. Por ello es necesario orar pidiendo que su reino alcance a aquellos que aún se resisten al gobierno de Cristo.

Realice la siguiente pregunta a sus participantes y de la oportunidad para que mediten y luego uno o dos den sus respuestas.

Analice el contexto actual del mundo ¿Por qué o para qué quiere que venga el reino de Dios? Diga: “*venga tu reino*” es el clamor por que Cristo habite en nuestros corazones y sea la plenitud de todo nuestro ser. Clamamos por que forme parte de nuestra vida, familia, iglesia y el mundo entero.

Aplicación (20 minutos)

Prepare de antemano unos papelitos de acuerdo al número de participantes. Escriba en ellos los siguientes motivos de oración (uno por papelito):

- Orar dando gracias al Padre por el sacrificio del Señor Jesús en la cruz y por su reinado en la tierra.
- Orar pidiendo por que el reino de Dios se establezca en nuestras vidas y en la vida de nuestra familia.
- Orar para que la iglesia tenga la voluntad, el deseo y las estrategias para seguir predicando el evangelio y así seguir extendiendo el reino de Dios.
- Orar para que Jesucristo vuelva pronto y la iglesia esté preparada para su venida.

Nota: si hay más de cuatro participantes, completar con papelitos que digan: Apoyar las oraciones en silencio.

Cada participante que sacó una petición de oración, dirigirá la oración en público y los otros apoyarán en silencio.

Finalice este tiempo con su propia oración.

Si la reunión es virtual, haga una lista de peticiones de acuerdo al número de participantes. Enumere las peticiones y asigne un número también al enunciado “apoyar la oración en silencio”. Pregúnteles a sus participantes que número eligen, y de acuerdo al número que saquen, dirigen la oración o apoyan en silencio las oraciones de los compañeros.

Pregunte: ¿Cómo les pareció este ejercicio? ¿Tienen alguna pregunta? *Dé un breve tiempo para socializar.*

Formación de hábitos personales (5 minutos). Explique qué, así como se aprendió y desarrolló una frase del *Padre Nuestro* en la reunión, se hará un trabajo parecido en casa, durante la semana.

La frase de la oración modelo para trabajar es: “*Hágase tu voluntad así en el cielo como en la tierra*” (Mt 6:10b), y el enfoque a trabajar es la **aceptación**.

Proceda a entregar la guía para desarrollar en casa. Anime a cada participante a realizarla durante la semana y a preguntarle a usted si le surge alguna duda o inquietud.

¡Anime a los participantes a orar todos los días en casa!

Guía de oración en casa: semana 2

“Hágase tu voluntad, como en el cielo, así también en la tierra.”

1. Lea Mateo 6:10b en voz alta y mentalmente

“*Hágase tu voluntad así en el cielo como en la tierra,*” es un clamor que debe reflejar que aceptamos la soberana voluntad de Dios en nuestras vidas y en la vida del mundo.

Enfoque: Aceptación

2. Lea y medite: un día Jesús estaba próximo a su crucifixión y subió al monte los Olivos a orar, él decía: “*Padre, si quieres, te pido que quites esta copa de sufrimiento de mí. Sin embargo, quiero que se haga tu voluntad, no la mía.*” (Lc 22:44, NTV). Jesús nos enseñó con su ejemplo a orar pidiendo que se haga la voluntad del Padre antes que la nuestra. Aunque no siempre es fácil, Jesús nos insta a orar de esa manera, ya que la voluntad del Padre Celestial es buena, agradable y perfecta (Rm 12:2).

3. Por favor, conteste para sí estas preguntas:

¿Qué tan cierto es que Dios gobierna su vida?

¿Está dispuesto a aceptar su voluntad en todo lo que él haga?

¿Entiende que la voluntad de Dios es lo mejor para su vida?

¿Es la intención de su oración aceptar la voluntad de Dios?

4. Tome tiempo para orar, pensando en que Dios es un Padre bueno, y que su voluntad es lo mejor para su vida. Pida al Señor, con sinceridad, que se haga su voluntad perfecta en su vida, en su familia, en su trabajo o estudio, etc.

Reunión 3. Desarrollando la confianza en Dios

Objetivos

Al finalizar la reunión se espera que los participantes estén en capacidad de:

- Identificar los principales propósitos de la oración.
 - Aprender a orar por las necesidades cotidianas, confiando en la provisión de Dios.
- Desarrollar guía de oración en casa con el enfoque “perdón”.

Preparativos

- Aliste copias de las hojas de guía para trabajo en casa.
- Si la reunión es presencial, lleve un papel la que diga: Padre celestial necesito que por favor me proveas... (un papel por cada participante)

<p>Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación las copias de la guía para el trabajo en casa.</p>
--

Retroalimentación (5 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con el desarrollo de la frase de la oración del *Padre Nuestro*: “**Hágase tu voluntad así en el cielo como en la tierra**” Mateo 6:10b y su enfoque: **aceptación**.

Tome tiempo para conversar acerca de cómo les fue con el desarrollo de la guía y la práctica de la oración teniendo en cuenta lo aprendido hasta el momento.

Apertura (10 minutos)

Pregunte: cuando ora ¿tiene la confianza de pedirle a Dios por ciertas necesidades físicas, por pequeñas que sean? Por ejemplo, supongamos que le falta un par de zapatos porque ya los que tiene están muy desgastados y no tiene como comprar unos nuevos, ¿sentiría la confianza de acercarse a Dios y pedirselos?

Dé tiempo para que las personas compartan sus respuestas

- Lleva un papel por cada participante con el enunciado: Padre Celestial necesito que porfavor me proveas...
- Pídale a cada persona que apunte una necesidad física que le desee pedir en oración a Dios. Por ejemplo: Dios, provéeme para pagar el arriendo; dame por favor para comprar lo del alimento mañana; provéeme para comprarle los útiles escolares a mi hijo, etc.

Nota: si la reunión es virtual, pueden utilizar el chat. Escriba: Padre celestial necesito que por favor me proveas para: Y que cada participante escriba su petición. Luego se puede leer y socializar.

Diga: hay personas que dicen que no se atreven a pedirle a Dios nada, que solo le dan gracias. ¿Qué piensa de esto? ¿cómo se sintió escribiendo en la hoja o en el chat una petición a Dios de una necesidad física?

Explique: Uno de los propósitos de la oración es ejercitarnos en la confianza en Dios, tener la seguridad que somos escuchados y que podemos pedirle aún por nuestras necesidades básicas.

Este ejercicio nos ayuda a comprender que la oración es un medio por el cual podemos acercarnos a Dios con total confianza y colocar en sus manos nuestras necesidades.

Explicación (30 minutos)

La oración tiene varios propósitos, entre ellos puede resaltar los siguientes:

- Tener una *comuni3n* íntima y personal con Dios.
- Entregarse a Dios en amor completamente
- la oración permite la obra del Espíritu Santo en nuestras vidas

Además, de los anteriores, la oración tiene como propósito entrar en una relación de confianza en Dios, teniendo la certeza de que él nos escucha y de que podemos acudir a él en cualquier circunstancia. Hoy en la oración del *Padre Nuestro* veremos como Dios quiere que tengamos esa confianza de acercarnos a él para pedirle aún para nuestra necesidades más personales y básicas.

Invite a los integrantes a repasar los enfoques vistos en la oración del *Padre Nuestro* (*para esto puede llevar una diapositiva*)

1. “*Padre nuestro que estás en los cielos*”. (Mt 6:9b, RVR1960)

Enfoque: **Intimidad**

2. “*Santificado sea tu nombre*”. (Mt 6:9c, RVR1960)

Enfoque: **Adoración**

3. “*Venga tu reino*”. (Mt 6:10a, RVR1960)

Enfoque: **Presencia**

4. “*Hágase tu voluntad así en el cielo como en la tierra*”. (Mt 6:10b, RVR1960)

Enfoque: **Aceptación**

Para esta semana, estudiaremos y practicaremos las frases que siguen:

- “*danos hoy nuestro pan cotidiano*” (Mt 6:11, RVR1960)

Enfoque: **dependencia** (en grupo)

- “*y perdónanos nuestras deudas como también perdonamos a los que nos ofenden*”
(Mt 6:12, RVR1960)

Enfoque: **perdón** (en casa)

De antemano, estudie la exegesis del texto (Mt 6:11). Puede explicar y socializar lo siguiente, o lo que considere importante resaltar.

Invite a los participantes a meditar en esta petición: “*Danos hoy nuestro pan cotidiano*”.

Enfatice: Esta petición nos lleva a poner nuestra confianza en el Padre Celestial, aun por nuestras necesidades básicas y cotidianas y nos enseña a **depender** absolutamente de Dios.

Pregunte: ¿Alguien recuerda cuando aún era muy pequeño (4 a 5 años) si se preocupaba por su alimentación, vestido o techo? ¿En quiénes confiaba o dependía?

Socialice las respuestas.

Orar “*danos hoy el pan cotidiano*” nos insta, por una parte, a aceptar la bendición cotidiana, a estar contentos con la provisión de Dios y ser agradecidos, y, por otra parte, nos insta a dejar el absurdo del temor a la incertidumbre del mañana, pues Dios sabe de qué tenemos necesidad y nos invita a vivir el día a día.

Pídale a uno de los participantes que lea Mateo 6:25-33. Este pasaje nos invita a dejar nuestras ansiedades y preocupaciones y poner nuestra confianza en Dios.

Opcional: Si alcanza el tiempo, cuente un testimonio (si lo tiene) o pídale a uno de los participantes que cuente un testimonio de cómo vio en alguna situación de su vida la provisión de Dios para suplir sus necesidades.

Aplicación (20 minutos)

Pregunte: ¿Cuáles son sus ansiedades y preocupaciones que hoy quiere poner en manos de Dios?

Permita que los integrantes del grupo expresen sus necesidades.

Forme grupos de dos, para que oren el uno por el otro.

Si la reunión es **virtual**, use la herramienta “salas para grupos pequeños” y una los participantes de a dos o tres, para que puedan realizar el ejercicio de orar unos por los otros.

Luego reúna el grupo (presencial o virtualmente) y pregunte por algunas necesidades o peticiones grupales y pida a dos o tres personas que oren por estas necesidades.

Por ejemplo:

- Orar por necesidades en la iglesia (terreno propio, local, instrumentos musicales).
- Orar por el país, sus dirigentes, por la paz.

Pregunte: ¿Cómo les pareció este ejercicio? ¿Tienen alguna pregunta? Dé un breve tiempo para socializar.

Formación de hábitos personales (5 minutos). La frase de la oración modelo para trabajar en casa es: “Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores”. Y el enfoque a trabajar es: **perdón**.

Proceda a entregar la guía para desarrollar en casa. Anime a cada participante a realizarla durante la semana y a preguntarle a usted si le surge alguna duda o inquietud.

¡Anime a los participantes a orar todos los días en casa!

Guía de oración en casa: semana 3

“Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores”. (Mt 6:12, RVR1960)

1. Lea Mateo 6:12 en voz alta

Enfoque: perdón

¿Cuál es la sensación al orar “como también perdono...”?

Esta petición nos invita en primer lugar, a examinarnos a nosotros mismos en busca de pecados y rogar al Padre que nos perdone.

2. Por favor, tome un momento **para examinarse**. Observe qué pecados ha cometido de palabra, hecho u omisión. Luego, ore a Dios confesándolos y pidiendo su perdón.

Reflexione: ¿Es usted consciente del perdón que ha recibido por parte de Dios en Cristo?

En segundo lugar, esta petición *“Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores”* nos invita a considerar los pecados que otros han cometido contra nosotros y a concederles el mismo perdón que queremos de Dios.

3. Piense en los pecados que **otros han cometido contra usted**, si desea tome nota de esas personas que le han ofendido, traicionado, agredido, herido, etc. Pídale al Espíritu Santo que le redarguya y muestre si hay falta de perdón en su corazón.

Luego, ore concediéndoles el perdón. Mencione en oración esas personas y diga en oración al Padre que las perdona. Si para usted no es fácil perdonar, pídale a Dios que le dé la fuerza de hacerlo.

Recuerde: Jesús dijo: *Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial; mas si no perdonáis a los hombres sus ofensas, tampoco vuestro Padre os perdonará vuestras ofensas.* (Mt 6:14-15, RVR1960).

Reunión 4. Reconociendo nuestra debilidad en la oración

Objetivos

Al finalizar la reunión se espera que los participantes estén en capacidad de:

- Identificar dificultades que se presentan al orar.
- Apreciar la oración del *Padre Nuestro* como un modelo eficaz para el encuentro con Dios en la oración.
- Orar de acuerdo a la frase aprendida “*y no nos dejes caer en tentación*”
- Desarrollar guía de oración en casa con el enfoque “Maldad”

Preparativos

- Tenga lápices
- Aliste copias de la “hoja guía para el trabajo en clase” y las “hojas de guía para trabajo en casa”.
- Varios papelitos escritos con dificultades que enfrentamos al orar y una bolsa.
- Preparar diapositiva enumerando diferentes dificultades que enfrenta el cristiano al orar.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación las copias anteriormente descritas.

Retroalimentación (5 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con el desarrollo de la frase de la oración del *Padre Nuestro*: “*Y perdónanos*”

*nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores” (Mt 6: 10b, RVR 1960) y su enfoque: **perdón**.*

Tome tiempo para conversar acerca de cómo les fue con el desarrollo de la guía y la práctica de la oración teniendo en cuenta lo aprendido hasta el momento.

Apertura (10-12 minutos)

Prepare de antemano papelitos donde describa brevemente dificultades que enfrentan los cristianos al orar, (5, 7, 9, o según el número de participantes del grupo). Por ejemplo: falta apartar el tiempo, distracción en la mente al orar, poca motivación, “no me siento digno para orar” o sentido de culpa, “no sé cómo orar, qué palabras decir”, etc.

Coloque estos papelitos en una bolsa y pídale a cada integrante que saque uno, al sacarlo que lo lea y comente si él o ella ha enfrentado esa dificultad para orar. Así mismo, anímelo a mencionar cuál es su principal dificultad al momento de orar. Haga lo mismo con cada uno de los integrantes.

Nota: si la reunión es virtual, realice una presentación donde enumere varias dificultades que los creyentes enfrentan al orar, y pida que cada participante lea una y diga si se siente identificado o no. Además, anímelo a mencionar cuál es su mayor dificultad al orar.

La oración es vital, esencial en la vida del cristiano, pero a menudo se nos presentan dificultades y nos cuesta orar. Uno de los propósitos de la práctica de esta disciplina de la oración es vencer esas barreras y crear el hábito de una vida de oración fructífera en cada creyente.

Explicación (30 minutos)

Diga: orar, como hemos visto, es una necesidad en el cristiano. Es la manera como nos *relacionamos* con Dios. Sin embargo, en nuestra vida cotidiana muchas veces nos cuesta orar.

Pregunte: ¿Será que Jesús no enfrentó dificultades para orar? ¿Cómo las venció y como pudo él tener una vida plena de oración?

Dé un tiempo para escuchar las respuestas de los participantes.

Invite a los participantes a mirar unos ejemplos de la vida de oración de Jesús.

- Jesús sacó tiempo intencionalmente para orar, a pesar de sus múltiples ocupaciones en el ministerio. Lea Marcos 1:35.

- Jesús buscaba estar a solas en oración con Dios, se alejaba del ruido y ponía en oración las decisiones que debía tomar. Lea Lucas 6:12-13.

Pregunta para meditar: ¿Cómo podría buscar una forma de apartarse del ruido y de las distracciones para orar?

Dé la oportunidad para responder.

Diga: como pudimos observar, el Señor Jesús buscó la manera de fortalecer y cuidar su vida de oración, nosotros también deberíamos hacerlo. Debemos recordar que nuestra carne es débil y que a veces nos vemos tentados a posponer el tiempo de oración, nos vemos tentados simplemente a no orar. Hoy precisamente, vamos a ver la importancia de pedir a Dios constantemente que “no nos deje caer en tentación”.

Hoy avanzaremos en la oración del “Padre Nuestro” con sus dos últimas partes. El enfoque para esta semana son la *debilidad* de mi naturaleza pecaminosa y mi necesidad de la protección de Dios, para evitar el pecado. El segundo enfoque es la *maldad* que habita en los corazones humanos.

- “y no nos dejes caer en tentación” Mateo 6: 13a (grupal)

Enfoque: **Debilidad**

- “y líbranos del mal” Mateo 6:13b (en casa)

Enfoque: **Maldad**

De antemano, estudie la exegesis del texto, (Mt 6:13). Usted puede explicar y socializar lo siguiente, o lo que considere importante resaltar.

Explique: las tentaciones son por definición los pecados que encontramos deseables o por los que tenemos debilidad. Si no fueran deseables, no serían tentaciones.

Preguntas para meditar: (la idea es que cada integrante responda para sí estas preguntas?)

¿Es usted consciente consigo mismo y con Dios de sus debilidades?

¿Puede acercarse a Dios y con toda sinceridad pedirle que lo libre de x o y pecado en el cual se siente tentado?

Cuando oramos “no nos dejes caer en tentación” estamos pidiéndole a Dios que nos guarde a nosotros de aquellos pecados en los que podemos caer. También estamos reconociendo la soberanía de Dios, ya que él puede permitir ciertas circunstancias en nuestras vidas dependiendo su voluntad.

Pregunta: ¿tienes algún testimonio en el que hayas recurrido a la oración para ser librado y hayas recibido la ayuda divina? Si es así compartela con el grupo.

Anima a los integrantes a recordar y participar.

Aplicación (20 minutos)

Pídales a los participantes que tomen un tiempo a solas para orar, anímelos a ser sinceros ante Dios y expresarle sus luchas y debilidades y rogar a Dios para que los libre de caer en el pecado. Dé 3 a 5 minutos para este tiempo de oración a solas.

Ahora, formen un círculo (si la reunión es presencial) y asigne a cada participante una parte de la oración del “Padre Nuestro”. (Son 8 partes) Por ejemplo: el primero, va orar con el enfoque de “intimidad” reconociendo a Dios como Padre y dando gracias por esa relación; el segundo participante, va a orar con el enfoque de la “adoración,” y así sucesivamente. Si el grupo es menor de 8 integrantes, puede asignar a repartir a cada integrante uno o dos enfoques de la oración de tal manera que todos oren una parte del “Padre Nuestro.” Si el grupo es mayor a 8 integrantes, puede escoger dos integrantes que oren con el enfoque de “intimidad”, dos que oren con enfoque de “adoración,” y así sucesivamente.

Pregunte: ¿Cómo les pareció este ejercicio? ¿Cómo siente que el estudio de la oración del *Padre Nuestro* le ha ayudado en su tiempo de oración?

Formación de hábitos personales (5 minutos). La frase de la oración modelo trabajar en casa es: “*y líbranos del mal*” y el enfoque a trabajar es: **maldad**.

Proceda a entregar la guía para desarrollar en casa. Aliente a cada participante a desarrollar la guía durante la semana y a preguntarle a usted si le surge alguna duda o inquietud.

¡Anime a los participantes a orar todos los días en casa!

Guía de oración en casa: Semana 4

“y líbranos del mal”

1. **Lea Mateo 6:13b en voz alta y mentalmente.**

Enfoque: Maldad

2. **Reflexione un momento acerca de “la maldad”.** ¿Qué aspectos malos le han estado rodeando y afectando? Cuando usted dice “Dios, líbrame del mal”, ¿de qué maldad quiere ser librado?

Hay varios tipos de maldad que nos afectan (Busque y lea cada versículo que aparece a continuación):

- Maldad demoniaca. (Ef 6:12).
- Maldad del “mundo” producto del pecado e influencia del maligno (1 Jn 5:19).
- Nuestra propia maldad, que se encuentra en los impulsos corruptos de nuestra naturaleza pecaminosa (Mr 7: 20-23).

Reflexione: ¿Es usted consiente que está expuesto aún a su propia maldad?

¿Su oración refleja la preocupación por ser guardado del mal o no incluye esta petición en su oración diaria?

Usted puede confiar en que Dios desea librarle del mal (Sal 121:7-8). Por eso, clame al Señor por su protección contra el enemigo (el diablo), el mal de los demás, y por supuesto el mal que usted mismo podría hacer a otros.

3. Ore

Toma un tiempo, para orar con elementos aprendidos del “Padre Nuestro”, ore de acuerdo a la verdad aprendida hoy “*líbranos del mal*”.

La comunión como disciplina espiritual

Las cuatro guías están diseñadas para que se realice una parte en grupo y otra parte de forma individual. La primera parte de la actividad es un estudio bíblico con el que se podrá explorar la verdad de la Escritura sobre la comunión. En la segunda parte de la actividad se presentarán ejercicios prácticos que ayudarán al creyente a tener la oportunidad de aplicar la comunión de manera individual.

Reunión 1. La humildad es generadora de comunión

Objetivos

Se espera que al finalizar esta reunión los participantes estén en capacidad de:

- Appreciar la comunión como una disciplina esencial que constituye la identidad cristiana.
- Reconocer la humildad como condición necesaria para que se dé la comunión.
- Estudiar y reflexionar en Romanos 12:3-8 como texto base para aprender la humildad.
- Realizar un ejercicio en casa que refuerce la vivencia de la humildad.

Preparativos

- Biblias en dos traducciones diferentes.
- Aliste copias de la hoja de guía para trabajo en casa.
- Lazo o rollo de lana, si la reunión es presencial.
- Hoja en blanco y lápiz para cada participante (se usará para elaborar una hoja de vida en la aplicación)

Nota: En caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación copia de la guía para el trabajo en casa.

Apertura (10 minutos).

Inicie la reunión con una oración, pida a un participante que dirija la oración para abrir el encuentro.

Si la reunión es presencial, invite a los participantes que formen un círculo.

Explique: cada uno de ustedes va a pensar en un elemento que genere comunión en la iglesia. Tome el rollo de lana o el lazo y a continuación diga el elemento que usted haya pensado que genere comunión, sostenga el “lazo” de una punta y pase el rollo a otro participante, este deberá hacer lo mismo, así sucesivamente. La idea es generar con el “lazo” una red, donde todos estemos conectados o unidos.

Nota: si el grupo es pequeño, puede pedirle al último en participar que pase el rollo de lana nuevamente al primero que empezó, para seguir dando otra ronda. De esta manera seguirán nombrando elementos que generen comunión y harán una red más grande.

Cuando todos los integrantes hayan participado del ejercicio, pueden reflexionar sobre aquellos elementos que nos mantienen unidos y generan esa comunión en la iglesia y cuáles de estos son los más importantes.

Si la reunión es virtual, pídale a los integrantes que escriban cada uno en el chat un elemento que nos une como iglesia, generando comunión.

Socialice con el grupo cuáles de estos elementos son primordiales para la comunión.

Enfatice: Esta actividad nos permite identificar que hay elementos necesarios para que se dé y fortalezca la comunión en la iglesia.

Explicación (30 minutos)

Comience por explicar los siguientes aspectos de la disciplina de la comunión:

- La comunión como disciplina espiritual es muy importante, ya que es esencial en la construcción de toda comunidad, como, por ejemplo, la familia, los pueblos, las naciones, la iglesia y el mundo.
- La comunión, según el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española es participación en lo común.¹ Según el término en (hebreo *sod*), está relacionado con la idea de *amistad, intimidad y conocimiento profundo*. Así mismo, el término comunión en griego (*koinonía*), da el sentido de compañerismo, colecta y unión en amor.
- Dios, desde el inicio de la creación, se muestra como un ser en “*relación*”, en “*comunión*”. Pídale a un participante leer Génesis 1:26a.
- Así como Dios es un ser relacional que tiene comunión en su existencia trina, él crea al ser humano no para que sea un ser solitario, sino para que viva en comunión con sus semejantes (Gn 2:18).
- La comunión en la iglesia tiene como fundamento a Cristo (Gal 3:28). Sin importar nacionalidad, costumbres, género o educación, Cristo une íntimamente a sus seguidores.

Para estudiar y practicar esta disciplina se estará trabajando en cuatro elementos importantes, los cuales son: la humildad, la bondad, la compasión y el perdón.

En esta primera lección veremos la humildad como elemento necesario para tener comunión con Dios y con nuestros semejantes.

Realice las siguientes preguntas:

¹ RAE, Diccionario de la lengua española, 22.ª ed., (2001), "comunidad", último acceso 27 septiembre 2022, <https://www.rae.es/drae2001/comunión>.

¿Cómo definimos la humildad?

¿Qué cualidades vemos en una persona humilde?

Después de cada pregunta, dé tiempo para que los participantes compartan sus respuestas.

En tercer lugar, invite a los participantes a buscar en sus Biblias Romanos 12:3-8. (La idea es leer en dos traducciones diferentes, para ello, asegúrese de tener una traducción diferente a la que los participantes usan regularmente).

- Lea el texto de Romanos 12:3-8 en voz alta en una traducción.
- Luego, pida a un participante que lea nuevamente el texto en una traducción diferente.

Ahora haga las siguientes preguntas al grupo. Busque que sea participativo este tiempo.

- ¿Cuál de estos versículos que se acabaron de leer les llama la atención?
- La frase: “ninguno se crea mejor de lo que realmente es” en el versículo 3 ¿Cómo nos ayuda para tener comunión?

Enfatizar: cuando nos vemos a nosotros mismos como realmente somos tendremos una actitud de humildad y no de orgullo.

- ¿Puede surgir el orgullo por tener ciertos dones espirituales?
- ¿Cómo podemos mantener la humildad cuando tenemos un liderazgo muy visible en la iglesia?
- Todos somos miembros del cuerpo de Cristo. ¿Cómo nos invita esto a la comunión y humildad?

Enfatizar: como hijos de Dios somos parte del cuerpo de Cristo. La humildad comienza a afirmarse cuando cada uno reconoce que es parte de un todo donde hay muchos, y que la función que tiene el otro es tan importante como la que tengo yo.

Aplicación (20 minutos)

En primer lugar, pídale a los integrantes que formen parejas. Luego, dígales que piensen en darle crédito a la otra persona por alguna cualidad o función que sea buena para la iglesia. La idea es que cada persona del grupo pueda dar y recibir un elogio, así se afirma lo valiosa que es cada persona en el cuerpo de Cristo.

Si la reunión es virtual, puede usar la herramienta de grupos pequeños y hacer parejas para realizar esta actividad.

Nota: si los participantes no se conocen muy bien, es mejor no sepáralos en grupos. Se recomienda entonces nombrar a un participante y que dos o tres personas puedan dar un elogio o resaltar una virtud de ese participante y así sucesivamente, hasta que se haya elogiado a todos.

En segundo lugar, invite a los participantes a realizar un ejercicio personal que ayudará a fomentar la humildad. Entréguele a cada participante una hoja en blanco y un lápiz.

Diga: ahora vamos a elaborar cada uno nuestra propia hoja de vida respondiendo a la pregunta **¿Quién soy?** En nuestra respuesta no debemos incluir la experiencia de vida, ni estudios o trabajos, solo una descripción de nuestras virtudes y defectos. Esto apunta a la verdad de que cada uno debe tener claro quién es para relacionarse en comunión con otros.

Si la reunión es virtual, puede pedirles a los participantes que respondan en el chat, o que escriban en una hoja y luego compartan las respuestas de manera hablada. Dé 5 a 8 minutos para el desarrollo de esta actividad.

Finalmente, invite a los participantes que deseen hacerlo a compartir brevemente la descripción de quiénes son.

Formación de hábitos personales (5 minutos). Esta semana, cada participante deberá desarrollar dos actividades en pro de crecer en la comunión. Entrégueles a los participantes una copia de la guía para la práctica en casa y repase con ellos las instrucciones:

1. La primera actividad consiste en un tiempo devocional, donde deberá leer Isaías 57:15 y Hebreos 10:24-25, a partir de allí deberá reflexionar y tomar apuntes sobre lo que aprenda de la comunión en estos versículos, para finalmente orar de acuerdo a lo que Dios le habló en la Palabra.
2. La segunda actividad consiste en buscar a alguien que le conozca bien y que sea sincero, que le diga la verdad sin adulaciones ni culpas y preguntarle lo siguiente:
¿Qué consideras que debo cambiar para mejorar como persona? El propósito es que evalúe lo que le digan y considere hacer ajustes en lo que le indiquen.

Finalice la reunión con oración por el crecimiento en humildad y en comunión.

Guía para la práctica de la disciplina de la comunión en casa

El crecimiento en la disciplina espiritual de la comunión requiere de la gracia de Dios, pero también de un compromiso personal en la práctica. Por ello, ejecutaremos dos actividades en la semana con el propósito de crecer en esta disciplina.

Primero: Un acercamiento devocional.

- Lea los siguientes textos bíblicos: Isaías 57:15 y Hebreos 10:24-25.

- Tome apuntes sobre lo que le dice la Palabra de Dios en ese texto sobre la comunión.
- Reflexione y ore de acuerdo a lo que Dios le habló en estos versículos.

Segundo: Una evaluación personal.

- Piense quién en su vida le dice la verdad, sin adulaciones ni culpas.
- Pregúntele a esa persona ¿Qué considera que debo cambiar para mejorar como persona?
- Evalúe lo que la persona le diga y considere implementar esos cambios en su vida.

Reunión 2. Actos de bondad que refuerzan la comunión

Objetivos

Se espera que al finalizar esta reunión los participantes estén en capacidad de:

- Identificar la bondad como constructora de la comunión dentro de la iglesia.
- Estudiar y reflexionar en Romanos 12:9-13 como texto base para aprender la bondad.
- Con el grupo, organizar y realizar un acto de bondad para un hermano de la congregación.
- Identificar a una o dos personas durante la semana a las cuales demostrar la bondad.

Preparativos

- Biblias en dos traducciones diferentes.
- Recordarles a los participantes llevar Biblia y donde tomar notas.
- Hojas blancas.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación copia de la guía para el trabajo en casa.

Retroalimentación (7 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con la actividad en casa. Averigüe si realizaron las dos actividades y qué aprendizaje pudieron tener de ellas.

Permita que todos participen, pero recuérdelos que la intervención debe ser breve.

Apertura (10 minutos)

La actividad de inicio consiste en completar un relato en el que se requiere la intervención de otro con actos de bondad.

Explíqueles a los participantes que usted va a iniciar una historia, y luego cada uno le va a añadir o completar algo, pasando uno a uno por todos los participantes.

Usted puede usar el siguiente inicio de relato o plantear su propia narración:

Diana es madre soltera de 30 años que tiene 3 hijos pequeños, el mayor tiene 11 años. Ella se congrega en la iglesia desde hace tres años, tiene muchos problemas financieros y se siente muy cargada por tener que criar sola a sus tres hijos. Diana está muy desanimada y decide buscar en la iglesia la ayuda del pastor. El pastor, después de escuchar el relato de Diana, decide que la congregación puede ayudar a esta madre soltera de muchas maneras, así que comienza una campaña secreta en la que invita a diferentes personas a apoyar a Diana. Primero, llama al hermano Carlos y le dice...

(Permita que cada participante añada alguna manera en que el pastor invitaría a la iglesia a ayudar a Diana).

Enfatice: esta actividad nos permite ver las posibles necesidades que hay dentro de la iglesia y ver cómo la bondad nos ayuda a construir la comunión en la comunidad.

Explicación (25 minutos)

Pregunte: ¿Cómo saben las personas que las amas?

Permita que varios participantes respondan a la pregunta.

Diga: el amor debe ser demostrado con actos de bondad y la bondad es constructora de la comunión. Un ejemplo de esto lo vemos en la iglesia primitiva. Desde los inicios de la iglesia cristiana, encontramos en los Hechos de los Apóstoles que se hace evidente la bondad entre los primeros creyentes y esta bondad generaba comunión entre ellos. Por ejemplo, en Hechos 2:44-47, podemos identificar algunas características básicas de esta comunión:

- Compañerismo (estaban juntos).
- Compartían sus bienes para suplir según la necesidad de cada uno.
- Comían y se alegraban juntos.

La iglesia primitiva, según estos versículos, practicaba la bondad, se ocupaban de los más necesitados, se desprendían fácilmente de bienes para ayudar a la comunidad, y lo hacían con alegría. Como resultado de esta comunión y bondad en la que vivían, esta primera iglesia gozaba de la buena voluntad de los no creyentes y cada día se añadían más personas a la iglesia.

Pregunta para reflexionar: ¿Nuestra comunión y bondad en la iglesia es evidente hacia los no creyentes?

Ahora, **invite** a los integrantes de su grupo a buscar en sus Biblias Romanos 12:9-13.

- Comience leyendo en voz alta en una traducción.

- Luego, invite a un participante a leer nuevamente el texto en una traducción diferente.

A continuación, lleve al grupo a reflexionar sobre el texto, buscando que haya participación de todos y que este tiempo sea ameno. Haga las siguientes preguntas, una por una, y dé tiempo para que los participantes respondan.

- ¿Cuál de estos versículos o frases le llamó la atención?
- El versículo 9 dice que el amor debe ser “sin fingimiento”. ¿Qué significa esto para usted?
- ¿Qué debemos aborrecer y qué debemos seguir? (versículo 9b)
- ¿Cómo debemos tratarnos entre nosotros? (versículo 10)
- Según el versículo 13, ¿a quiénes nos insta la Palabra a mostrar bondad?

Explique: en el versículo 13, este texto nos insta a brindar ayuda a los hermanos en la fe que tienen necesidad, pero también nos insta a ser hospitalarios. La palabra “hospitalario” en griego tiene el contexto de “ayudar o amar al extraño o extranjero”. En la cultura actual y debido a la delincuencia, las personas se cohíben de hospedar a un “viajero” (llámese emigrante, extranjero, desconocido) extraño en su casa, lo cual es muy comprensible. Entonces, ¿de qué manera, puede la iglesia de manera individual o colectiva cumplir este mandato?

Enfatice: el amor que profesamos entre nosotros debe sentirse de verdad. Según el versículo 9, el amor debe ser sin hipocresía, sin máscaras. Y en este mismo orden de ideas, nos insta este versículo a aborrecer lo malo y aferrarnos a lo bueno. Podríamos decir que nos llama a aborrecer lo malo de las personas y quedarnos con lo bueno de ellas. En otras

palabras, el amor que Dios quiere que profesemos, no es un amor “alcahueta” o “permisivo”, sino que es un amor que confronta con misericordia lo que está mal en el otro y aplaude lo que está bien.

Existe una frase conocida que dice: “las personas que te dicen las cosas como son, te aman mucho más que aquellas que te dicen lo que tú quieres escuchar”.

Pregunte: ¿Qué piensan de esto? ¿Cómo podemos mostrar bondad hacia una persona cuando está cometiendo errores? ¿Cómo puede un amor sincero entre hermanos convertirse en un acto de bondad? ¿Y cómo ayuda esto a construir la comunión en la iglesia?

Aplicación (20 minutos)

Escriba en su libreta de apuntes o en una hoja blanca aquellas cosas en las que Dios le haya confrontado a través de la Palabra en la reflexión de hoy, por ejemplo: si no ama genuinamente, si le cuesta ayudar a los demás y solo piensa en usted. Escriba también 2 propósitos, es decir, algo que se propone hacer o cambiar para crecer en amor y bondad.

Dé tiempo para que los participantes reflexionen y hagan sus propósitos.

Invite a los participantes a orar en arrepentimiento y presentar ante Dios su propósito de cambiar.

Dé un tiempo de 3 minutos aproximadamente para orar.

Realice también una lluvia de ideas con todo el grupo, donde se mencionen maneras prácticas de mostrar bondad hacia miembros en la iglesia o en la comunidad cercana de la misma. Luego de la lluvia de ideas, escojan la idea más viable y organicen la logística para ponerla en práctica.

Formación de hábitos personales (5 minutos). El crecimiento en la disciplina espiritual de la comunión requiere de la gracia de Dios, pero también de un compromiso

personal en la práctica. Por ello, además del acto de bondad que estamos planeando como grupo, realizaremos algunas actividades en la semana con el propósito de crecer en esta disciplina. Las actividades consisten en:

1. Leer 1 Juan 3:17-19 y reflexionar. ¿Qué instrucción o mandamiento encuentra en este texto? ¿Cómo debe usted demostrar el amor a otros?
2. Tomar un tiempo para orar, pedir al Señor que le guíe a reconocer las necesidades de algunas personas en su congregación o en su vecindario. Considere el nombre de 1 o 2 personas y determine si le es posible en bondad ser bendición para estas personas y de qué forma.

Usted podría:

- Pedir que la persona le permita orar por ella.
- Entregar una nota o mensaje de aliento.
- Dar un reconocimiento o suplir alguna necesidad que esté a su alcance.
- Afirmar que cuenta con usted para escucharle y acompañar en el proceso que vive.

Práctica de la disciplina de la comunión en casa

El acercarnos a la Palabra con un corazón obediente genera transformación, lo cual es necesario para crecer espiritualmente y parecernos cada vez más a Cristo.

- Lea 1 de Juan 3:17-19 y reflexione: ¿Qué instrucción o mandamiento encuentra en este texto? ¿Cómo debe usted demostrar el amor a otros?
- Tome un tiempo para orar y pedirle al Señor que le guíe a reconocer las necesidades de algunas personas en su congregación o vecindario. Considere el nombre de 1 o 2

personas y determine si le es posible en bondad ser bendición para estas personas y de qué forma.

Usted puede:

- Pedirle a esa persona que le permita orar por ella.
- Entregar una nota o mensaje de aliento.
- Dar un reconocimiento o suplir alguna necesidad que este a su alcance.
- Decirle que cuenta con usted para escucharle y acompañar en el proceso que vive.

Ánimo, ¡usted puede hacerlo! Venza los obstáculos y dé de gracia lo que ha recibido de gracia.

Reunión 3. La compasión nos une

Objetivos

Se espera que al finalizar esta reunión los participantes estén en capacidad de:

- Comprender la compasión como reflejo de virtud cristiana.
- Estudiar y reflexionar en Romanos 12:13-16 como texto base para comprender la necesidad de la compasión.
- Entender que la compasión nos ayuda a conectarnos y tener comunión con el prójimo en medio del dolor o sufrimiento.
- Practicar la compasión durante la semana.

Preparativos

- Biblias en dos traducciones diferentes.
- Recuérdele al grupo llevar Biblia y donde tomar notas.
- Hojas en blanco y lápiz.

- Mochila o bolso, para usar en la dinamica de la apertura.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación copia de la guía para el trabajo en casa.

Retroalimentación: (7 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con la actividad en casa. Pídales que compartan acerca de cómo se sintieron y qué experiencia tuvieron al practicar la bondad con alguien.

Recuérdelos que la intervención debe ser breve.

Apertura (10 minutos).

La mochila del buen samaritano: Una de las ilustraciones bíblicas que nos hacen reflexionar sobre la compasión es la del “Buen samaritano” (Lc 10:25-37). (Cuenta brevemente la historia para darle contexto a la siguiente dinámica):

Lleve una mochila y explíqueles que en la historia del buen samaritano, este personaje sacó “de su mochila” (no registra literal que él llevaba una mochila, pero inferimos que ahí era donde llevaba el vino y el aceite con que curo al herido), vino y aceite y quizás vendas para curar al judío herido. Invite a pensar a los integrantes que este “buen samaritano” fue precavido y antes de salir pensó en colocar en su mochila herramientas útiles para él y para ayudar a otros. Ahora diga: ¿Cuándo salimos de casa, pensamos en llevar “algo” para alguien que pueda quizás necesitar ayuda?

Dígales a los participantes que ahora ellos tienen que suponer ser “el buen samaritano” actual. ¿Qué llevarían en su mochila?

Pídales que nombren una **actitud** necesaria al salir de casa y también un **objeto** o **herramienta** útil para ayudar a otro. Por ejemplo, voy a salir y en mi mochila voy a llevar

solidaridad y un pan, para dárselo a quien lo necesite. Si la reunión es presencial, usted puede pasar la mochila por cada uno a medida que participan.

Al finalizar, socialice acerca de cómo les pareció la actividad y enfatice que debemos ser intencionales en cuanto a ayudar a otros. Explique que para ser compasivos debemos empezar por cambiar nuestra manera de pensar, esto generará nuevas actitudes y, en consecuencia, nuevas acciones.

Explicación (25 minutos)

Diga: en este relato del buen samaritano, un buen hombre demuestra misericordia por el extraño, y no cualquier extraño, sino un judío con el cual había odio racial. Pero estas barreras no impidieron al samaritano compadecerse y hacer algo por aliviar el dolor de aquel judío herido.

Enfatice: la compasión es una virtud que nos une, porque nos lleva a conectarnos y tener comunión con el prójimo en medio del dolor o sufrimiento.

En la práctica de la comunión como disciplina debemos tener una actitud de compasión, para ponernos en los zapatos del que sufre, ya sea nuestro hermano, vecino o un desconocido. La compasión es una marca distintiva del cristiano, que nos lleva a conectarnos y a unirnos con nuestros semejantes.

Ahora, invite a los integrantes de su grupo a buscar en sus Biblias Romanos 12:14-16. Lea el texto en voz alta en una versión. Luego, pídale a otro participante que lea nuevamente el texto en una versión diferente.

A continuación, lleve al grupo a reflexionar sobre el texto. Procure que haya participación de todos y que este tiempo sea ameno. Haga las siguientes preguntas y después de cada una, dé tiempo para que los participantes respondan:

- ¿Cuál de estos versículos o frases le llamó la atención?
- En el versículo 14, dice que debemos bendecir a los que nos persiguen. ¿En algún momento de su vida, ha bendecido al que le ha tratado mal?
- ¿Cómo demostramos el carácter compasivo de Dios según el versículo 15?
- ¿Cuántas instrucciones o mandamientos encontramos en el versículo 16? ¿Cuáles de ellas apuntan a la comunión?

Diga: en estos versículos (Rm 12:14-16) encontramos una serie de instrucciones, algunas quizás no tan fáciles de cumplir. Por ejemplo: la Biblia nos insta a no odiar o maldecir a nadie sino, antes bien, bendecirlos. Jesús habló de esto mismo en Mt 5:46 “*Si solo amas a quienes te aman, ¿Qué recompensa hay por eso? Hasta los corruptos cobradores de impuestos hacen lo mismo*” (NTV). Si la Biblia nos exhorta a hacerlo es porque podemos hacerlo, por el poder del Espíritu Santo en nosotros y gracias al amor de Cristo que habita en nuestros corazones.

Pregunta para reflexionar: ¿Ha encontrado en la iglesia o comunidad personas difíciles de amar? ¿Cómo ha lidiado con esto?

Diga: el versículo 15 dice: “*Gozaos con los que se gozan; llorad con los que lloran*”. Este pasaje nos habla de empatía, de ser considerados e identificarnos con los sentimientos de los demás. También nos habla de compasión, de llorar con los que lloran y sentir la necesidad de otro como propia. Cuando hacemos esto, podemos cumplir el siguiente mandato de “estar unánimes” o de tener comunión.

Preguntas para reflexionar

¿Qué actitudes y emociones surgen cuando se han relacionado con personas emocionalmente necesitadas o disfuncionales?

¿Ha experimentado compasión de otra persona hacia usted? ¿Cómo se sintió?

Aplicación (15 minutos)

Invite a los participantes a pensar en una lucha, situación difícil, o conflicto que estén pasando por motivos económicos, familiares, de salud, entre otros. Motíveles a compartir con el grupo esta situación, si se sienten cómodos haciéndolo. Los demás miembros del grupo deben procurar mostrar compasión por ellos, ya sea dando un consejo, ofreciendo una ayuda, u orando por esa persona.

Nota: este ejercicio puede resultar difícil, pues a algunas personas les cuesta hacerse vulnerables. Sin embargo, es importante que usted cree ese ambiente de confianza y los anime a compartir las luchas que tienen, si las hay. No presione a quienes realmente no quieren compartir.

Una manera alternativa de realizar esta actividad es pedirles a los integrantes que escriban en un cuarto de hoja ese conflicto, preocupación o problema que están viviendo. Luego de ello, se les pide intercambiar papeles, o que lean para todos lo que escribieron. Al final, pueden aconsejar, orar, abrazar, o realizar una acción que contribuya al bienestar de la otra persona.

Una vez hayan compartido las personas que deseen hacerlo, terminen con un tiempo de oración por las necesidades mencionadas.

Formación de hábitos personales (5 minutos). Hemos visto que para practicar la disciplina de la comunión debemos crecer en humildad, bondad y compasión. Todas estas son virtudes que nos ayudan a vivir en armonía con nuestro prójimo. Pero, no solo es

importante conocer esto, sino ponerlo en práctica. Por ello, esta semana trabajaremos en dos actividades.

Entregue copias de la guía para las actividades en casa.

1. Actividad de acercamiento devocional. Leer los siguientes textos: Mateo 15:32; Zacarías 7:9-10 y 1 Pedro 3:8-9, y a la luz de los textos bíblicos, considerar y apuntar cómo la compasión cambia nuestras vidas.

2. Actividad “la mochila del buen samaritano”. Esta actividad consiste en que, al salir de casa, los participantes piensen en el prójimo. Deben llevar “en la mochila” algo para compartir con una persona en necesidad, que puede ser alguien desconocido. Deben salir de casa primeramente con la actitud de la compasión, pero también llevar “algo”, ya sea un billete, una ropa o calzado en buena condición, un pequeño mercado o merienda. Deben estar atentos para ver quiénes tienen necesidad. Quizás vean caminantes extranjeros, un anciano solitario y en condición de calle, un niño pidiendo limosna, un ciego que necesite pasar la calle. A esa persona con necesidad se le debe brindar ayuda, como un acto de compasión.

Práctica de la disciplina en casa

1. Actividad de acercamiento devocional.

Lea los siguientes textos: Mateo 15:32; Zacarías 7:9-10; 1 Pedro 3:8-9.

A la luz de los textos bíblicos, considere y apunte cómo la compasión cambia nuestras vidas.

2. Actividad “la mochila del buen samaritano”. La compasión debe ser activa e intencional, es decir, debemos tener una actitud diaria de compasión y estar dispuestos a demostrarla. Por ello, en esta semana antes de salir de casa, piensa qué “llevar en la mochila” para compartir con alguien. Salga de casa primeramente con la actitud de la

compasión, pero, también lleve algo, ya sea un billete, una ropa o calzado en buena condición, un pequeño mercado o merienda. Observe a su alrededor para ver quién tiene necesidad. Quizás vea caminantes extranjeros, un anciano solitario y en condición de calle, un niño pidiendo limosna, un ciego que necesite pasar la calle. Si se detiene a observar y le pide a Dios la oportunidad de mostrar compasión, seguro va a encontrar la oportunidad, ya que hay mucha necesidad.

Procure demostrar compasión a una o dos personas en esta semana.

Escriba qué emociones, pensamientos y actitudes surgieron al demostrar compasión con una persona desconocida.

Reunión 4. El perdón restaura la comunión

Objetivos

Se espera que al finalizar esta reunión los participantes estén en capacidad de:

- Appreciar la importancia de perdonar y ser perdonados para conservar la comunión.
- Estudiar Romanos 12:17-21 y reflexionar sobre el perdón.
- Reconocer que la falta de perdón nos lleva a perder la comunión con otros y con Dios.
- Desarrollar la actividad propuesta del perdón.

Preparativos

- Biblias en dos traducciones diferentes.
- Recuérdale al grupo llevar Biblia y dónde tomar notas.
- Si la reunión es presencial, llevar cuatro globos (bombas) con las preguntas de la primera actividad en papeles.
- Un dibujo con una cara feliz que diga “Armonía y comunión”.

- Cinta pegante transparente.
- Si la reunión es presencial, llevar piedras, palos, o varios objetos pequeños que las personas puedan tener sobre la palma de la mano.
- Si la reunión es virtual, pídeles a los participantes que alisten unas cuantas piedras, palos u objetos pequeños.

Nota: en caso de que la clase sea virtual, envíe con anticipación copia de la guía para el trabajo en casa.

Retroalimentación (7 minutos). Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles cómo les fue con la actividad en casa. Pida que compartan cómo fue la experiencia de pensar en ser compasivos y actuar de esta manera, además pregunta sobre el devocional y el aprendizaje que obtuvieron.

Apertura (10 minutos)

Los globos del perdón- tingo, tingo, tango: Si la reunión es presencial, para esta dinámica es bueno que los participantes estén sentados en círculo, (si el espacio se presta). Lleve cuatro bombas (globos) y dentro de cada uno coloque una pregunta referente al perdón. Entregue el globo a alguien del grupo. Esta persona empezará a pasar el globo a otra de la derecha o la izquierda. Todos deben seguir pasando el objeto de mano en mano, rápidamente y en el mismo sentido. Mientras uno del grupo o usted como moderador empieza a decir: “tingo, tingo, tingo” y cuando desea parar, dice, “tango”. La persona que quede con el globo debe reventarlo y responder la pregunta.

Las siguientes son algunas preguntas que se pueden utilizar:

¿Qué es el perdón?

¿Por qué y para qué perdonamos?

¿Cómo nos sentimos cuando perdonamos?

¿La falta de perdón cómo daña la comunión?

¿Qué es más fácil, pedir perdón o perdonar?

¿Perdonarías, aunque no le pidieran perdón?

Si la reunión es virtual, escriba la lista de preguntas en el chat y pídale a los participantes que elijan una pregunta de estas y se la hagan a otro participante.

Explicación (25 minutos).

Comience sosteniendo en la mano una hoja de papel con un dibujo de una cara feliz. Escriba debajo del dibujo, “Armonía y comunión”.

Ahora, pregúnteles a los participantes: ¿Cómo se sienten cuando tienen una buena relación con otra persona, por ejemplo, con su cónyuge, los hermanos de la iglesia, el pastor, con sus padres o amigos?

Permita que algunos participantes respondan.

Quizás se sientan, así como la cara del dibujo: feliz, en armonía, en comunión. Ahora pregunte:

¿Qué cosas rompen la comunión?

¿Cómo se sienten cuando eso sucede?

Proceda a romper el dibujo de la cara feliz por la mitad. Ahora pregunte: ¿Cómo podemos restaurar una relación rota? ¿Cómo podemos restaurar la comunión entre hermanos? (*perdonar y rectificar*).

Pegue con cinta de nuevo los dos pedazos de papel, y explique: el perdón es como la cinta pegante que nos vuelve a unir.

Explique: el perdón es el medio o la herramienta que Dios nos ha dado para traer sanidad y restauración en nuestras relaciones. Es la manera en que podemos conservar la comunión en la familia, iglesia y las amistades. La falta de perdón y el deseo de venganza hace daño y nos destruye a nosotros mismos.

Ahora, invite a los integrantes del grupo a buscar en sus Biblias Romanos 12:14-21.

- Lea el texto en voz alta en una versión.
- Luego, invite a un participante a leer nuevamente el texto en una versión diferente.

A continuación, lleve al grupo a reflexionar sobre el texto. Procure que haya participación de todos y que este tiempo sea ameno. Haga las siguientes preguntas, una por una, y dé tiempo para que las personas respondan a cada una.

- ¿Cuál versículo o frase le llamó la atención y por qué?
- Según el versículo 19, ¿qué se debe hacer cuando se sienten deseos de venganza?
- ¿Cómo se conserva la comunión según los versículos 17 y 18?
- ¿Cómo se puede vencer el mal con el bien según los versículos 20 y 21?

Explique: estos versículos enfatizan el no pagar mal con mal, ya que el mal no se puede extinguir con más mal. Un comportamiento rencoroso, grosero, o vengativo de un cristiano solo duplicará el mal. Pero, cuando actuamos con perdón, humildad y amabilidad, demostraremos que el bien triunfa sobre la maldad.

Enfatice:

- Nosotros no somos jueces para definir las consecuencias de las acciones de otros.
Dios es el juez justo.
- No debemos reflejar la conducta del mundo, sino el carácter de Cristo.

- Es difícil estar en paz con todos, pero en cuanto dependa de usted, sea amable, perdone y busque la comunión.

Aplicación (20 minutos)

Pregunta: ¿Alguno tiene rencores o cuentas pendientes con alguien cercano o lejano? (es probable que sí haya personas con falta de perdón). Hoy vamos a realizar un ejercicio que nos ayude a entender la acción de perdonar, y no solo a entender, sino que nos lleve a la acción de perdonar con la ayuda de Dios.

Dígales a los participantes que usted entiende que el perdón para algunas personas suele ser muy difícil y más cuando el daño ocasionado ha sido grave y muy doloroso. Sin embargo, el perdón es un medio de gracia que Dios usa para sanar, restaurar y liberar nuestras propias vidas. Además, es un mandato divino y por eso debemos tomarlo con la sensibilidad y seriedad debida. Sin embargo, es importante que aclaremos que perdonar a alguien no significa que volvamos a relacionarnos con ellos como si nada. Es posible que necesitemos poner límites y mantener la distancia por nuestro propio bienestar. La diferencia es que, una vez hayamos perdonado, podremos soltar en manos de Dios nuestro deseo de hacer justicia o cobrar venganza.

Pídales a los integrantes que extiendan su brazo izquierdo y abran su mano. Mientras usted va haciendo las siguientes preguntas, puede ir colocando pequeñas piedras o palos en las manos de los participantes.

Si la reunión es virtual, en lugar de poner usted las piedras sobre las manos de los participantes, pídales a ellos mismos que lo hagan mientras usted los guía. Pídales que enciendan las cámaras, para que pueda orientarles de una mejor manera.

Nota: si los integrantes no llevan las piedra u objetos, puede usted como moderador hacer el ejercicio y que ellos lo observen.

Pregunte: ¿Qué cosas malas y dolorosas han cometido en contra suya? ¿Le han maltratado física o verbalmente? ¿Alguien cercano a usted le ha traicionado o le ha dicho palabras hirientes? ¿Le han mentido, abandonado, o le han hecho pasar hambre? La mano con que sostienen las piedras y objetos, representa su vida.

Cuando las personas nos han hecho daño, podemos elegir entre dos caminos. Por un lado, podemos aferrarnos a esas heridas, negarnos a perdonar y llevar una vida de enojo y odio.

Pídales a los participantes que cierren la mano con las piedras y aprieten fuertemente.

O podemos elegir el otro camino, el del perdón. Cuando perdonamos, dejamos la justicia en las manos de Dios.

Diga: piense en esa persona que no ha perdonado. Quizás tenga buenas razones para odiarla. Sin embargo, piense también en el perdón que Jesús le ofreció a usted y como él le perdonó, aunque tenía muchas razones para no hacerlo. Así como Jesús le perdonó, le invito a que usted decida perdonar a esa persona que le hizo daño.

Pídales a los participantes que abran su mano y tomen la decisión de soltar las piedras y los palos, para arrojarlas en un recipiente de basura.

Diga: cuando decides perdonar, quedas limpio y se libera la carga. Puedes dejar de sentir la presión de estar apretando esas ofensas en tu vida. Mientras están soltando las piedras, suelten también el rencor, la falta de perdón. Dejen la justicia en las manos de Dios y si desean hacerlo, mencionen a esa persona que desea perdonar.

Explique: el perdón puede ser un proceso que toma tiempo. Es muy posible que cuando recordemos lo que otro nos hizo, o cuando tengamos que vivir con las

consecuencias dolorosas, volvamos a sentir amargura contra ellos. En esos momentos, es importante reafirmar la decisión de perdón. Así, poco a poco, viviremos en la libertad completa que da el perdón.

Cierre este momento, invitando a los participantes a pensar en alguien que les ha ofendido a quien no han perdonado, y a considerar si la van a perdonar. Diles que hagan una oración a Dios mencionando a esa persona y concediéndoles el perdón, o pidiéndole a Dios la fortaleza y ayuda para decidir perdonar de corazón.

Formación de hábitos personales (5 minutos). Hemos visto que para practicar la disciplina de la comunión debemos crecer en humildad, bondad, compasión y perdón, todas estas son virtudes que nos ayudan a vivir en armonía con nuestro prójimo. Pero no solo es importante conocer, sino poner en práctica. Por ello, esta semana trabajaremos en la siguiente actividad:

Entrégueles a los participantes copias de las guías para la actividad en casa.

Práctica de perdón

Esta semana estaremos practicando el perdón al identificar una ofensa que necesitamos perdonar. Para esto, después de identificar en oración qué es lo que cada uno debe perdonar, usted debe hacer el siguiente ejercicio:

1. Describa el evento que ocurrió y la ofensa recibida, mencionando las personas involucradas.
2. Describa los sentimientos y emociones que suscitó en usted la situación.
3. Escriba qué fue lo más doloroso u ofensivo de lo que ocurrió.
4. Escriba los motivos por los cuales cree que pasó esto.

5. Tome unos momentos en oración y comparta con el Señor todo su dolor, enojo, y cualquier otro sentimiento que tenga frente a esta ofensa. Pídale al Señor que le ayude a perdonar de corazón a los ofensores.

Nota: puede ser de ayuda compartir con un creyente maduro de confianza acerca de la situación, sus sentimientos y aquello que fue más doloroso u ofensivo. Pídale a esta persona que le apoye en oración para poder perdonar.

6. Escriba: "Por obediencia a Dios y en busca de la paz y mi propia libertad, perdono a _____ y a mí mismo/a. Recibo el amor de Dios que me libera de todo rencor, culpa y malestar. Decido afirmar el perdón cada vez que sienta amargura o enojo por esta ofensa".

7. Si hay algo por lo cual usted necesita pedir perdón en esta situación, escríbalo.

8. ¿Hay alguna enseñanza que le deja esta situación? Reflexione y escríbala.

Finalice pidiéndole a Dios que le permita afirmar el perdón hacia el ofensor cada vez que recuerde lo sucedido y que le permita disfrutar de la libertad plena del perdón.

Práctica de la disciplina de la comunión en casa

Como práctica del perdón, en esta semana la invitación es a identificar una ofensa que usted necesita perdonar. Para esto, tome tiempo en oración para identificar qué es lo que debe perdonar y luego haga el siguiente ejercicio por escrito:

1. Describa el evento que ocurrió y la ofensa recibida, mencionando las personas involucradas.

2. Describa los sentimientos y emociones que suscitó en usted la situación.

3. Escriba qué fue lo más doloroso u ofensivo de lo que ocurrió.

4. Escriba los motivos por los cuales cree que pasó esto.

5. Tome unos momentos en oración y comparta con el Señor todo su dolor, enojo, y cualquier otro sentimiento que tenga frente a esta ofensa. Pídale al Señor que le ayude a perdonar de corazón a los ofensores.

Nota: Puede ser de ayuda compartir con un creyente maduro de confianza acerca de la situación, sus sentimientos y aquello que fue más doloroso u ofensivo. Pídale a esta persona que le apoye en oración para poder perdonar.

6. Escriba: "Por obediencia a Dios y en busca de la paz y mi propia libertad, perdono a _____ y a mí mismo/a. Recibo el amor de Dios que me libera de todo rencor, culpa y malestar. Decido afirmar el perdón cada vez que sienta amargura o enojo por esta ofensa".

7. Si hay algo por lo cual usted necesita pedir perdón en esta situación, escríbalo.

8. ¿Hay alguna enseñanza que le deja esta situación? Reflexione y escríbala.

Finalice pidiéndole a Dios que le permita afirmar el perdón hacia el ofensor cada vez que recuerde lo sucedido y que le permita disfrutar de la libertad plena del perdón. Tenga paciencia con las emociones, recuerde que perdonar es una decisión y es más que una emoción. El ejercicio de perdonar puede durar un tiempo. Si hay algún punto que aún no pueda resolver, siga intentándolo, Dios está dispuesto a ayudarle en el proceso.