

Educación en amor – Desarrollando mi voluntad de amar  
**Sesión 1 de repaso, conclusión y tareas para casa (grupo de febrero)**

Serie: *Educación en amor*

Grupo: *Desarrollando mi voluntad de amar (2016)*

Tema: *Sesión 1 de repaso, conclusión y tareas para casa*

Presentador(es): *Jesús*

Descripción: Jesús repasa y concluye la sesión "Analizar mi deseo de amar y de cambiar", y da algunas tareas a los participantes para el día siguiente (divinetruth.com - unplandivino.net)

## **Repaso**

### **Introducción**

Dios ha de convertirse en la fuente de nuestra instrucción o educación

Para que Dios se convierta en la fuente, debemos ser capaces de recibir la verdad de Dios

Qué es lo que impide en nosotros la recepción de la educación de Dios

Constatar la evidencia de que la definición de amor de Dios varía mucho con respecto a la de los humanos

Tenemos que ver que nuestra definición de amor es muy defectuosa, ya que ha creado milenios de dolor y sufrimiento

### **Cómo me siento respecto al amor**

¿Van a cambiar mis actitudes?

¿Voy a soltar mi propia arrogancia?

¿Voy a estar preparada para soltar mis definiciones de "amor"?

¿Estoy realmente preparado para sentir emocionalmente mi propia falta de amor?

¿Realmente quiero absorber las definiciones de Dios del Amor, sin importar el coste?

¿Realmente voy a desear y seguir el camino del Amor de Dios?

¿Cuáles son mis sentimientos y emociones sobre...?

El amor en general

Dios mismo

El amor de Dios

¿De dónde vienen estos sentimientos y emociones?

Del mundo en el que crecimos

De nuestras experiencias en la infancia

De nuestras elecciones y decisiones que hemos tomado desde la infancia

### **Cómo me siento ante el cambio**

¿Cuál debería ser mi actitud ante el cambio?

El cambio constante es necesario para crecer

Educación en amor – Desarrollando mi voluntad de amar  
**Sesión 1 de repaso, conclusión y tareas para casa (grupo de febrero)**

- ¿Cuáles son mis sentimientos y emociones sobre el cambio?
  - ¿Estoy siendo sincero sobre mi deseo actual de cambiar?
  - ¿Cómo me siento realmente ante la realidad del cambio?
- ¿Qué va a cambiar?
  - Todo, absolutamente todo
  - Mi dolor se convertirá en placer, mi sufrimiento en felicidad
- ¿Cuáles son las 4 razones por las que me resisto al cambio?
- ¿Cuáles son las cuatro razones REALES por las que me resisto al cambio?
  - Me resisto a la fe en la bondad de Dios
  - Me digo mentiras a mí misma en lugar de aceptar la Verdad de Dios
  - Justifico mi propio miedo a la acción
  - Justifico mi propio miedo a sentirme abrumado emocionalmente

Enfócate en sentir tu respuesta emocional a la realidad del cambio

### **Cómo y por qué permanezco sin amor**

Niego, excuso, justifico, minimizo, culpo a otros y me miento a mí mismo para evitar:

- Desarrollar la fe
- Escuchar y responder a la Verdad
- Emprender acciones positivas y amorosas
- Permitirme sentir y experimentar toda Emoción

Fe

- La fe se puede desarrollar
- Cualquier falta de fe es nuestra propia falta y responsabilidad

La verdad

- La verdad puede ser aceptada
- Mi negativa a aceptar la verdad es mi propia falta y responsabilidad

Acción

- Se pueden realizar acciones positivas de amor
- Se pueden evitar las acciones negativas no amorosas
- Mi negativa a actuar con amor es mi propia falta y responsabilidad

Emoción

- Las emociones no amorosas pueden sentirse y liberarse
- Las emociones amorosas pueden ser sentidas y puestas en acción
- Mi negativa a sentir y experimentar emociones es mi propia falta y responsabilidad

Niego, excuso, justifico y me miento a mí mismo sobre mi responsabilidad personal a la hora de desarrollar una fuerte voluntad emocional para cambiar todo lo anterior  
¡La verdadera razón por la que sigo siendo desamoroso/a es porque quiero hacerlo!

## **Retroalimentación personal y grupal**

### **Tareas para casa**

#### **¿Cómo me siento personalmente respecto al amor?**

¿Estoy dispuesta a experimentar esos sentimientos en lugar de hablar de ellos?

#### **¿Como me siento personalmente respecto a Dios?**

¿Estoy dispuesto a experimentar esos sentimientos en vez de hablar de ellos?

#### **¿Cómo me siento acerca del cambio?**

¿Estoy dispuesto a experimentar esos sentimientos en lugar de hablar de ellos?

#### **¿Cuáles son mis métodos personales para permanecer no amorosa?**

¿Estoy dispuesta a experimentar esos sentimientos en lugar de hablar de ellos?

### **Conclusión**

Si deseas educarte en el Amor, debes

Ser mucho más honesto sobre ti mismo, tu condición y tus deseos

Examinar el uso de tu voluntad

¿Quieres realmente asumir responsabilidades?

¿Vas a quedarte donde estás, o te vas a motivar para hacer algunos cambios importantes?

**La próxima sesión es: *Afrontar mi resistencia al amor y al cambio***

Hablaremos sobre cómo afrontar nuestra propia resistencia

Fin de la jornada