

COMUNIDADES EN CAMINO

¡Juntos avanzamos más!



**APRENDER A
AMAR**

**Experiencias como
oportunidad de crecimiento
para aprender a amar.**



TEMA

Agosto 2024

¿QUÉ ES APRENDER AMAR?

Aprender a amar va más allá de las emociones o afectos superficiales. Es un proceso personal y espiritual para trascender nuestro egoísmo para dedicarnos a buscar el bienestar y la felicidad de los demás.



En el Evangelio, Jesús nos enseña que amar incluso a aquellos que nos hieren o nos resultan difíciles de amar (Lucas 6,27-36).

Es un llamado a la comprensión, la compasión y la acción desinteresada.

¿PARA QUÉ APRENDER A AMAR?



- † Para alcanzar una mayor plenitud y realización personal, así como contribuir al bienestar de quienes nos rodean y de la sociedad.
- † Al cultivar el amor construimos relaciones más fuertes y significativas, fomentamos un entorno de paz y armonía, y encontramos un sentido más profundo de satisfacción y propósito en la vida.



Cómo hacerlo: Integrando las experiencias como oportunidades de aprendizaje



- **Silencio para escuchar:** el amor se cultiva en el silencio, que sabe dar espacio a los demás., respetando su dignidad, dejándolos libres para expresarse, rechazando toda forma de posesión, opresión y violencia
- **Humildad:** Reconocer que siempre hay algo nuevo que aprender y estar dispuesto a admitir nuestras limitaciones y errores.

¿Cómo hacerlo?

- **Curiosidad y apertura:** Mantener una mente abierta hacia nuevas ideas y experiencias sin prejuicios.
- **Escucha activa:** Para comprender a los demás y aprender de sus experiencias y puntos de vista.
- **Flexibilidad y adaptabilidad:** Ante los cambios, disponibilidad y apertura.



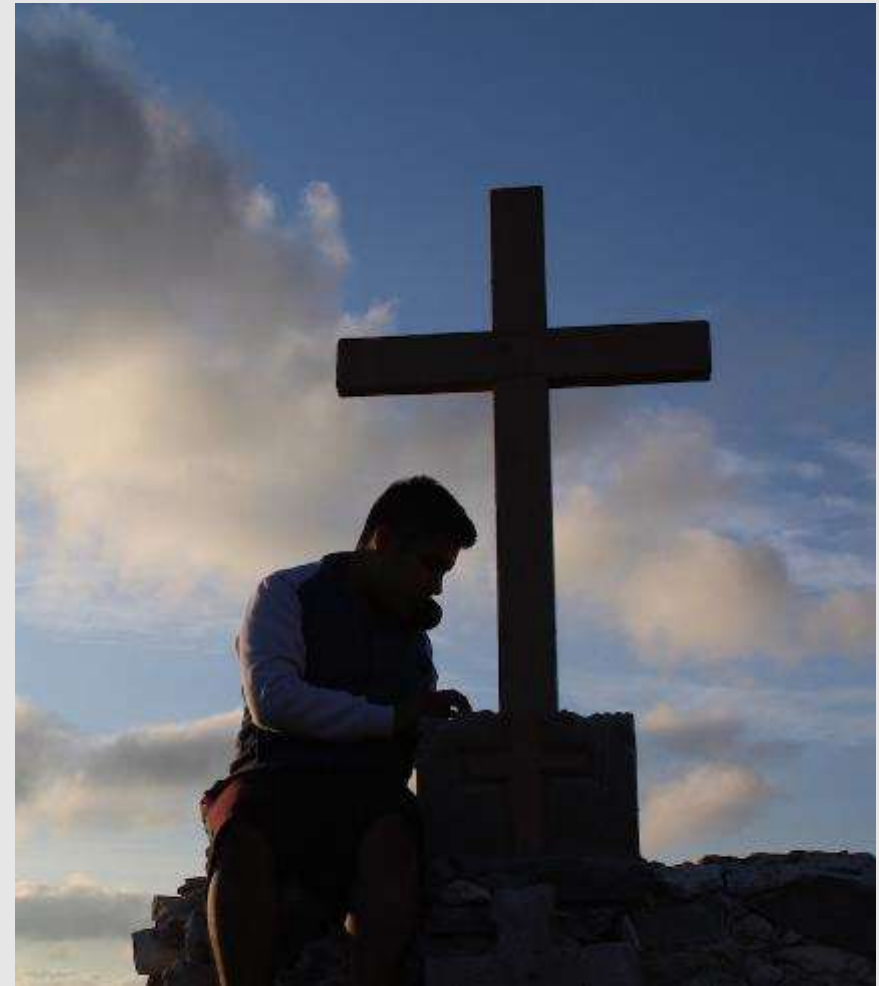
Experiencias como oportunidades de aprendizaje



- **Agradecimiento:** Cultivar una actitud de gratitud hacia las oportunidades que se presentan y hacia las personas que nos enseñan y ayudan a crecer.
- **Autocrítica constructiva:** Evaluar regularmente nuestras acciones y actitudes para identificar áreas de mejora y crecimiento.
- **Empatía:** Para comprender y conectar emocionalmente con los demás para el crecimiento en el amor hacia los demás.

Experiencias como oportunidades de aprendizaje

- **Perseverancia:** Mantener el compromiso y la determinación para seguir aprendiendo a pesar de los obstáculos.
- **Fe y esperanza:** Mantener una actitud positiva y confiada en el proceso de crecimiento personal y en las oportunidades que la vida presenta.



Experiencias como oportunidades de aprendizaje

- **Autoaceptación:**
Aprender a aceptarse, con todas las virtudes y limitaciones, permitiendo así un crecimiento integral en el amor propio y hacia los demás.



Estos puntos no solo fomentan el crecimiento personal, sino que también contribuyen a una actitud abierta para aprender y aprovechar las oportunidades que fortalecen el amor hacia uno mismo y hacia los demás.

RECAPITULEMOS:

Aprender a amar es un camino continuo y transformador que nos invita a integrar el amor en todas nuestras acciones y decisiones recordando que ¡Juntos avanzamos!



Mirar cada experiencia como una oportunidad para crecer en el amor, nos acerca a la plenitud espiritual y humana al amar a los demás como a nosotros mismos.

CEFAS te propone

CADA EXPERIENCIA ES UNA OPORTUNIDAD PARA APRENDER A CRECER EN EL AMOR EN TODO MOMENTO, DECISIÓN Y ACTIVIDAD.



Amar es más que un sentimiento pasajero; es una decisión consciente y constante de actuar en beneficio del otro, inspirada por un deseo profundo de bienestar y crecimiento mutuo.



CEFAS te propone

El desafío: amar como lo hizo Jesús, incluso en las circunstancias más difíciles. "Amen a sus enemigos, hagan el bien a quienes los odian, bendigan a quienes los maldicen, oren por quienes los maltratan" (Lucas 6, 27-28).



¿Qué medios, qué plan concreto van a impulsar, como comunidad?

Esperamos sus propuestas en el chat.

¡Caminemos juntos tejiendo lazos de amor! Somos comunidad y apoyados en el servicio cristiano, promovemos el crecimiento personal guiados por el Espíritu Santo. Tejamos una red de comunidades formando nuestra “Casita Sagrada” que recibe a todos en la misericordia del Padre, como lo pide la Virgen de Guadalupe.

¡Caminemos juntos tejiendo lazos de amor!



¡COMUNÍCATE!

**Será un gusto
acompañarte en
tu misión.**



+52 8183 680037



WhatsApp CEFAS / 56255 17212



Batallón de San Patricio # 111 E-5 Valle Oriente,
San Pedro Garza García, N.L. México, C.P. 66260



www.cefasmx.org



info@cefasmx.org



CEFAScomunidades

