

# Café y conversación

“Café y conversación” es un modelo de reflexión individual o diálogo en grupo pequeño donde los participantes puedan exponer los distintos temas presentados en el Programa Respetemos la Vida de este año.

Puede usar esta guía de la manera que sea más útil –para guiar una reflexión personal, para planear y celebrar un encuentro de grupo o para organizar una serie de 7 semanas. No hay una fórmula de “talla única” para usar esta guía, pero aquí tienes algunas sugerencias para ayudarte a empezar.\*

## Preparación para el diálogo en grupo pequeño:

**¿Cómo?** Consigue la autorización de tu párroco y colabora con otros grupos de la parroquia.

**¿Quién?**

1. Decide quién será tu público. (Por ejemplo: jóvenes, jóvenes adultos, grupo de mujeres, grupo de hombres, clase de catequesis, clases para R.I.C.A., clase de la escuela de religión de la parroquia, grupo de amigos, familia, etc.).
2. Decide quién será el moderador del diálogo (por ejemplo, un ministro juvenil, párroco, profesor, catequista, etc.). *Comentario: El moderador debería prepararse para la charla leyendo el artículo pertinente, reflexionando sobre las preguntas y usando la lista de recursos relacionado para ese artículo. Las listas de recursos para cada artículo están disponibles en [www.usccb.org/respectlife](http://www.usccb.org/respectlife). (El sitio está en inglés, pero tiene muchos materiales en español.)*

**¿Cuándo?** Designar una fecha y hora apropiada para el público al que se dirige.

**¿Dónde?** Elige un sitio donde el encuentro pueda celebrarse (por ejemplo, un café local, el salón parroquial, etc.).

**¡Invita!** Después de determinar el público al que se dirige, promociona el encuentro según corresponda. (Por ejemplo: anuncios en el boletín informativo/ colocar 2-3 semanas antes, anuncios desde el púlpito la semana anterior y/o la misma semana, tablero de anuncios de la iglesia, redes sociales, circulares, etc.).

## El encuentro:

- Empezar con una oración. Utiliza la tarjeta de oración de “Cada vida merece vivir” del Secretariado de Actividades Pro-Vida, utiliza una oración tradicional como *el Padre Nuestro* o *el Ave María*, o pide a alguien que abra con una oración espontánea.
- Dependiendo de la cantidad de tiempo disponible, lee en silencio o en voz alta uno o más de los versículos de la Sagrada Escritura sugeridos.
- Comenta cada pregunta. (Para fomentar un ambiente que propicie el compartir en grupo, si hay muchos presentes, separa a los participantes en grupos de 12 o menos).
- Examina, comparte y comenta sobre cómo las doctrinas de la Iglesia afectan nuestra vida cotidiana y sobre cómo podemos ser “sal de la tierra” y “luz del mundo” (Mt 5,13.14) en cada una de las áreas comentadas. Comprométete (en voz alta o en silencio) a hacer algo que te ayude a ti y/o a otro en su trayectoria al Cielo. Utiliza una de las resoluciones sugeridas o piensa en otra.

\* Estas sugerencias son para uso en la parroquia, la escuela o en privado. **Asegúrate de cumplir las normas de la parroquia y de la diócesis, especialmente las normas para un ambiente seguro.** Si tienes alguna duda sobre las normas aplicables, comunícate con tu parroquia, escuela, diócesis y/o entidad oficial relevante.

## **Amar 101: de vuelta a lo básico**

*Lee (en grupo o de antemano):* Amar 101: de vuelta a lo básico

*Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:*  
Salmos 51(50),10; Juan 10,10; Gálatas 5,13

### **Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Qué es la castidad? ¿Cómo afecta a todas nuestras relaciones, románticas y otras?
2. ¿Qué supone decir que la persona humana es cuerpo y alma? ¿Qué implicaciones tiene esto en cómo tratamos a los demás, en particular en la dimensión de la sexualidad?
3. ¿Por qué algunos actos que son realizados fuera de la relación matrimonial son considerados “no amorosos”? ¿En qué sentido no están a la altura de una relación de integración y amor pleno?
4. ¿Cómo puede ayudarnos el vivir una vida casta a entender las relación con los demás?
5. ¿Cuáles son algunas maneras concretas en las que podemos expresar nuestro amor a los demás, fuera de un contexto sexual? ¿Cómo pueden estas realzar incluso nuestras relaciones románticas?
6. ¿Cómo estoy respondiendo al llamado de Dios de amar al prójimo con castidad?

### **Haz una resolución:**

- Pide la gracia para mirar a los demás con pureza. Pide la intercesión de nuestra Santísima Madre y San José para amar castamente.
- Pon en práctica algunas expresiones de amor concretas de la pregunta #5 en tu vida diaria.
- Escribe una carta a un amigo, expresándole tu gratitud y su influencia en tu vida.

## **Amor, sexo y esterilización**

*Lee (en grupo o de antemano):* Amor, sexo y esterilización

*Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:*  
1 Juan 4,18-19; 1 Juan 3,18; Proverbios 3,5-6

### **Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Por qué es perjudicial separar el aspecto “dar vida” del sexo de “hacer el amor”?
2. ¿En qué sentido la esterilización cierra las puertas a un matrimonio fructífero? ¿Por qué es contrario al plan de Dios de vida y amor?
3. ¿Cuáles son algunas maneras en las que podemos aprender a confiar en Dios más profundamente? ¿Especialmente en nuestro matrimonio y en nuestra vida en familia?
4. Fuera del acto físico de dar a luz a un hijo, ¿cómo puede una pareja construir un matrimonio fructífero? ¿Cuáles son algunas características de un matrimonio fructífero? (Piensas en parejas que conozcas).
5. Piensa en un momento en el que te hayas sentido llamado a seguir un camino difícil. ¿Seguiste ese camino? En ese caso, ¿qué aprendiste en el proceso? ¿Cómo pueden estas lecciones de vida aplicarse al llamado de Cristo a confiar en él en esta área de nuestro matrimonio, o con respecto a cualquier doctrina de la Iglesia que podamos encontrar difícil de entender y de aceptar?

### **Haz una resolución:**

- Reza por las parejas que luchan con la doctrina de la Iglesia sobre el aspecto fructífero del amor conyugal, y reza por todos los matrimonios para que se amen más perfectamente, con todo el corazón, mente y cuerpo.
- Si estás casado, decide una manera en la que intencionalmente intentarás revelar el amor de Dios por medio de tu matrimonio.
- Reflexiona sobre tus propias experiencias cuando emprendiste el camino más difícil. ¿Qué te dio Dios por medio de estas experiencias?

## **Un regalo perfecto**

*Lee (en grupo o de antemano):* Un regalo perfecto

*Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:*  
Mateo 17,20; Salmo 139(138),14

### **Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Por qué las etiquetas clínicas no alcanzan a describir la persona humana en su totalidad?
2. ¿Por qué es importante distinguir entre amar a alguien por lo que puede hacer y amarlo por lo que es? ¿Qué implica esto para la sociedad?
3. ¿Amo a los demás con un amor abnegado?
4. ¿Cómo puede el sufrimiento ayudarnos a amar a los demás más profundamente? ¿Aumenta el sufrimiento nuestra capacidad de amar?
5. ¿Cómo pueden niños como Charlie enseñarnos que cada vida es un don bueno y perfecto?

### **Haz una resolución:**

- Reza el Rosario por las personas con discapacidades, por sus familias y por aquellos que luchan por ver su dignidad y valor.
- Ayuda a un amigo/familiar/miembro de la comunidad que tenga un hijo discapacitado.
- Dedica un tiempo a conocer a alguien que te saque de tu “zona de comodidad”. Pide al Señor que te ayude a verlos como Él lo hace, y deja que tus ojos (¡y tu corazón!) se abran para ver lo que Él te revela.

## **La historia de Maggie: vivir igual que papá**

**Lee (en grupo o de antemano):** La historia de Maggie: vivir igual que papá

### **(¡Extra!) Video:**

Conoce a Maggie en el video de 3 minutos y escucha su historia en [www.goo.gl/4HM8Ib](http://www.goo.gl/4HM8Ib) (en inglés).

(URL completa:

<https://www.youtube.com/watch?v=XJwWKDGBS5o>)

### **Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:**

Salmo 23(22),4; Romanos 5,3-5; 1 Pedro 1,6-7

### **Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Tiene sentido nuestro propio sufrimiento? ¿Qué nos puede enseñar el sufrimiento sobre amar y vivir bien?
2. ¿Por qué nuestra habilidad para “funcionar” no tiene ninguna relación con nuestra dignidad como personas?

3. ¿La “calidad de vida” de una persona determina su dignidad? ¿Por qué el suicidio asistido por el médico es una compasión falsa?
4. ¿Qué implicaciones tiene el suicidio asistido por el médico para la comunidad médica en general? ¿Y en la sociedad?

### **Haz una resolución:**

- Reza la Coronilla de la Divina Misericordia por aquellos que están acercándose a la muerte o que están luchando con decisiones de poner fin a su vida.
- Dedica tiempo para visitar a alguien en un hogar de ancianos o en el hospital.
- Prepara un almuerzo u ofrécete para ayudar en el hogar a un amigo o miembro enfermos de tu comunidad local.

## **Para apoyar a familias con un diagnóstico prenatal**

**Lee (en grupo o de antemano):** Para apoyar a familias con un diagnóstico prenatal

### **Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:**

Apocalipsis 21,4; Jeremías 1,5; 1 Tesalonicenses 4,14

### **Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Cuáles son algunos efectos que un diagnóstico prenatal puede tener en una familia?
2. En estos casos, ¿por qué el aborto no es una respuesta? ¿Qué otros efectos negativos podría tener el aborto en la situación?
3. ¿Cómo puede el hospicio prenatal ayudar a afirmar la dignidad del bebé y de los padres?
4. ¿Por qué es importante prestar atención a la forma en la que tratamos de apoyar a la gente en situaciones difíciles? ¿Cuáles son algunas palabras y acciones que podrían ser útiles?, ¿que podrían ser inútiles?
5. ¿Cuáles son maneras concretas en las que podemos apoyar a una familia que se enfrenta a un diagnóstico prenatal?

### **Haz una resolución:**

- Reza el Rosario por las familias que están sufriendo la pérdida de su hijo.

- Visita a un amigo, familiar o miembro de la comunidad que haya perdido un hijo. Prepara una canasta de “cariño”, o escríbele una tarjeta o nota, haciéndole saber que pueden contar con tu apoyo, cariño y oraciones.
- Entérate qué ayudas necesita el hospicio perinatal local y promociónalas en tu parroquia y comunidad. Si no hay uno, investiga las oportunidades para establecerlo.
- Ofrécete como voluntario en un hospicio perinatal o en un centro UCIN.

## 10 Maneras de apoyarla cuando está esperando sin haberlo esperado

**Lee (en grupo o de antemano):** 10 maneras de apoyarla cuando está esperando sin haberlo esperado

**Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:** Juan 16,33; Salmo 139(138),13; Gálatas 6,2

**Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Por qué es importante apoyar a una mujer que se enfrenta a un embarazo inesperado, incluso cuando las circunstancias son difíciles? ¿Cuáles son algunas maneras en las que podemos evitar juzgar y, en su lugar, ser solidarios con quienes se encuentran ante un embarazo inesperado?
2. ¿Por qué toda vida merece ser celebrada, independiente de cómo empezó?
3. ¿En qué sentido apoyar a una mujer con un embarazo inesperado es diferente en distintas situaciones (p. ej., una adolescente o una madre con cinco hijos casada, una mujer acomodada o una que lucha por sobrevivir)?
4. ¿Cuáles son algunas maneras en las que puedes apoyar a madres que están inesperadamente embarazadas en tu propia comunidad?

**Haz una resolución:**

- Dedicar tiempo, dinero o recursos a un centro local de embarazos en crisis.
- Reza en una clínica abortiva por aquellos que se enfrentan a embarazos inesperados, o infórmate sobre “consejería en las aceras”.

- Si tienes una amiga que se enfrenta a un embarazo inesperado llévala al cine, a una manicurista o a tomar un helado. Hazle saber que puede contar contigo.

## 10 sorprendentes consejos para amar que la cultura no te dará

**Lee (en grupo o de antemano):** 10 sorprendentes consejos para amar que la cultura no te dará

**Pasajes de la Sagrada Escritura para reflexionar:** Mateo 5,8; Mateo 5,27-28; Efesios 3,20-21; Salmos 51(50)

**Preguntas para el diálogo:**

1. ¿Qué es la castidad? ¿Por qué es mucho más que un paquete de reglas?
2. ¿Cuáles son algunos aspectos de la castidad que encuentro especialmente difíciles de poner en práctica? ¿Cómo puedo aprender más sobre ellos y vivirlos más plenamente?
3. ¿Qué desafíos presentan los medios sociales (películas, programas de TV, música, etc.) a la hora de vivir un estilo de vida casto? ¿Cómo podemos proteger nuestras mentes y corazones para evitar que sean inundados de mensajes contrarios a la verdad sobre nosotros mismos, sobre el amor y sobre Dios?
4. ¿Quién me inspira a vivir una vida casta? ¿Qué cualidades tiene esta persona que yo quiero tener? ¿Qué puedo hacer para ser como esa persona en esas maneras?

**Haz una resolución:**

- Rezar para comprender mejor la virtud de la castidad: pregúntale a Dios cómo te está llamando a llevar una vida pura.
- Limita los medios sociales que usas a diario: programas de tv, películas, revistas, libros etc. que dificultan un estilo de vida casto.
- Revisa tu armario: si tu ropa no representa a una persona que trata de vivir una vida casta, deshazte de ella.

Los textos de la Escritura se han tomado de los *Leccionarios I, II y III*, © de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Se reservan todos los derechos.