

## PROPUESTA PARA LA REFLEXIÓN PERSONAL, EN PAREJA O EN FAMILIA

*Continuando con nuestra serie de mini-encuentros del año, los invitamos a compartir la vida e iluminarla, -dejándonos guiar por la Palabra de Dios y la reflexión personal o grupal.*

Caminando este tiempo de Pascua, nos animamos a reflexionar sobre la EMPATÍA en nuestros vínculos familiares. La intimidad en la unión, sin dejar de ser diferentes...

**Comenzamos nuestro encuentro con alguna oración serena y confiada que nos ponga en clima de reflexión.**

### PRIMER MOMENTO

Si la empatía es la capacidad de acoger y comprender la vida emocional de otra persona, y pensando en nuestros vínculos familiares (pareja, hijos, ...), reflexionemos:

- ¿Qué experiencias de “comunicación empática” recordás haber vivido con tus vínculos más estrechos?



### SEGUNDO MOMENTO *(Leemos en la primera carta de Pablo a los corintios)*

**“Siendo libre, me hice esclavo de todos, para ganar al mayor número posible. Me hice judío con los judíos para ganar a los judíos. Y con los que no están sometidos a la Ley, yo me hice como uno de ellos, a fin de ganar a los que no están sometidos a la Ley. Y me hice débil con los débiles, para ganar a los débiles. Me hice todo para todos, para ganar por lo menos a algunos” (1Cor 9, 20-22)**

Pablo describe su empatía con los miembros de comunidades muy distintas y su disposición para ponerse en el lugar de los otros y unirse a ellos: judíos, paganos, débiles..., todos. Charlemos sobre esta disposición propia del amor. Primero, miremos nuestra pareja:

- ¿Siento que mi cónyuge se pone en mi lugar? ¿Puede comprenderme y acompañarme, aunque él no sienta lo mismo que yo? ¿Lo hace con facilidad o con dificultad? ¿Siempre o a veces? ¿Lo hago yo con el otro? ¿Cómo me siento cuando logramos o no una comunicación empática?

Charlemos ahora sobre nuestra capacidad de empatizar con nuestros hijos:

- Si tengo hijos niños, adolescentes, jóvenes o adultos... ¿puedo aceptarlos, comprenderlos y acompañarlos como son, desde su sensibilidad, intereses y decisiones? ¿O primero trato de modificarlos según mi parecer? ¿He crecido en mi empatía y comprensión hacia ellos? ¿Cómo reaccionan ellos a mi modo de vincularme?

### TERCER MOMENTO - Cierre

Culminamos nuestro encuentro de hoy compartiendo una oración de acción de gracias por algún aspecto de nuestra relación matrimonial y con los hijos, sobre todo en referencia a nuestra comunicación empática. También podemos pedir lo que necesitamos para crecer en ella.



**“La esencia más profunda del amor es el don total de uno mismo.”**

Edith Stein (Sta. Teresa Benedicta de la Cruz)