

APOYO

DESPUÉS DEL ABORTO



**DIOS OFRECE PERDÓN, SANACIÓN Y ESPERANZA
UN LIBRO DE ORACIÓN PARA MUJERES**

Un recurso en conjunto de Compañeros de La Palabra Entre Nosotros y Apoyo después del aborto

APOYO

DESPUÉS DEL ABORTO

**DIOS OFRECE PERDÓN, CURACIÓN Y ESPERANZA
UN LIBRO DE ORACIÓN PARA MUJERES**

Un recurso en conjunto de Compañeros de La
Palabra Entre Nosotros y Apoyo después del aborto

©2021 The Word Among Us Press
Todos los derechos reservados.

Compañeros de La Palabra Entre Nosotros
7115 Guilford Drive, Suite 100
Frederick, Maryland 21704 www.waupartners.org

A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas son
tomadas de la
Biblia Dios Habla Hoy®, Tercera edición. ©Sociedades
Bíblicas Unidas 1966, 1970, 1979, 1983, 1994
Usada con permiso. Todos los derechos reservados.

Revisión teológica: Rev. Joseph F. Wimmer, OSA Autora:
Angela M. Burrin
Traducido por: María Vargas

www.waupartners.org

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida,
archivada o transmitida de ninguna forma o por cualquier
vía
—electrónica, mecánica, fotocopiada, grabada o cualquier
otra, con la excepción de una breve cita en análisis impres-
sos— sin la autorización del autor y la casa editorial.

Hecho e impreso en los Estados Unidos de América

Contenido

Sobre este libro de oración.....	4
Reflexión uno: El corazón del Padre	
<i>Soy la hija amada de mi Padre celestial.....</i>	7
Reflexión dos: El amor incondicional del Padre	
<i>Mi Padre celestial me ama, ninguna cuerda me ata.....</i>	12
Reflexión tres: El nacimiento de Jesús y su vida pública	
<i>Jesús desea tener una relación personal conmigo.....</i>	18
Reflexión cuatro: La muerte de Jesús en la cruz	
<i>Jesús me ofrece su misericordia.....</i>	24
Reflexión cinco: La resurrección de Jesús de entre los muertos	
<i>Jesús me ofrece sanación.....</i>	31
Reflexión seis: Jesús envía su Espíritu Santo	
<i>El Espíritu Santo quiere transformarme.....</i>	42
Reflexión siete: La segunda venida de Jesús	
<i>Jesús me ofrece esperanza.....</i>	50
Comienza tu apoyo aquí 57.....	57
Diario.....	60

Sobre este libro de oración

Estoy muy agradecida de compartir contigo este libro Apoyo después del aborto: *Dios ofrece perdón, curación y esperanza*. ¿Lo escogiste porque tuviste un aborto y estás sufriendo en este momento? Si es así, quiero que sepas que Dios te ama y que en este librito, encontrarás algunas verdades que pueden transformar tu vida.

Sentí un fuerte llamado a escribir este librito porque mi ministerio trabaja con mujeres que necesitan sanidad después de su aborto. Quisiera compartir esta experiencia contigo.

Después de cada servicio eucarístico dominical en el Instituto correccional para Mujeres del estado de Maryland, alguien me habló de dos mujeres que estaban atravesando un momento difícil debido a las consecuencias de los abortos a los que se habían sometido. Mi corazón se conmovió al pensar en ellas. Me pregunté, “¿sabrán y creerán que Dios las ama y las perdona? ¿Sabrán que su hijo las perdona?” No tuve la oportunidad de hablar con ellas, y tristemente, nunca tuve la oportunidad de conocerlas.

Mientras conducía de regreso a casa desde la prisión, comencé a pensar en escribir un librito específicamente para mujeres que están en prisión y que han tenido un aborto. Cualquiera que sea la razón por la cual una mujer decide practicarse un aborto, esto la transforma profundamente. Una mujer que se ha practicado un aborto sufre emocional, espiritual y físicamente.

La Palabra Entre Nosotros publicó primero *Después del aborto: Dios ofrece perdón, sanidad y esperanza* en 2008, en inglés, y

luego en español, y lo distribuyó a mujeres en prisión a través de los capellanes y los voluntarios. Sin embargo, después de una solicitud del **Proyecto Raquel**, un ministerio para dar apoyo a mujeres que han abortado de la Arquidiócesis de Arlington, Virginia, adapté el librito para hacerlo apropiado para cualquier mujer que haya sufrido los efectos del aborto.

Este es un libro de lectura rápida. Tiene siete reflexiones basadas en la Escritura con preguntas para inspirarte a que tengas una conversación de corazón con Dios. Comienza cada reflexión pidiéndole a Dios que bendiga tu tiempo a solas con él. No te apresures a terminar una reflexión en una sola sesión. Medita sobre un versículo bíblico o una acción sugerida hasta que sientas que estás lista para continuar. Repasa una reflexión tanto como necesites hacerlo. Tú eres una persona única en este camino a tener una relación más profunda con Dios y hacia el perdón, la sanidad y la esperanza que él ofrece.

Me gustaría sugerirte que lleves un diario de tus ideas a lo largo de este camino. Regálate un diario o utiliza tu teléfono, computadora o tableta para tomar notas. Al final de este librito encontrarás también páginas en blanco que puedes usar para eso.

El objetivo de este libro no es reemplazar la consejería personal o grupal sino ofrecer apoyo y consuelo a cualquier mujer que esté sufriendo por haberse sometido a un aborto. Mi esperanza para las mujeres que ya están recibiendo ayuda de un ministerio de sanidad es que les provea una experiencia más profunda del amor de Dios y su misericordia ilimitada.

También soy consciente de que hay mujeres y hombres que necesitan sanación por el papel que desempeñaron en animar o apoyar el aborto de alguien más. Si tú eres uno de ellos, recuerda que tú también eres un hijo amado del Padre, y este librito es

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

para ti. (También hay una versión disponible para hombres tanto en inglés como en español).

Espero que los pastores, sacerdotes, consejeros y otros profesionales, encuentren útil este libro conforme ayudan a las mujeres en las sesiones individuales o grupales.

Un librito de acompañamiento también está disponible para comenzar con una visión de sanidad que no está basada en la fe: *Apoyo después del aborto: Claves de esperanza y sanación*. Este librito es un recurso conjunto de **Compañeros de La Palabra Entre Nosotros** y **Apoyo después del aborto**.

Si crees que requieres de apoyo inmediato o recursos adicionales, por favor contacta a **Apoyo después del aborto** (www.supportafterabortion.com; 844-289-HOPE [4673]). Su equipo, muchos de los cuales han vivido lo mismo que tú, están disponibles para ayudar y proveer a cada persona apoyo y cuidado compasivo.

También puedes utilizar el mapa en línea del **Proyecto Raquel** para identificar los Ministerios del Proyecto Raquel en tu estado (www.hopeafterabortion.com). En la parte de atrás del librito encontrarás recursos adicionales y organizaciones de apoyo.

Rezo para que cada persona que lea este librito sea increíblemente bendecida. Si acudes a Dios para pedir perdón y sanidad, experimentarás ambas. ¡Dios te ama y quiere darte esperanza!



Angela

Angela M. Burrin

Compañeros de La Palabra Entre Nosotros

Reflexión uno

El corazón del Padre

Soy la hija amada de mi Padre celestial

Yo te he amado con amor eterno. (Jeremías 31, 3)
Dios, ¿cómo puedes amarme? Me sometí a un aborto.

Tú eres mi hija, y yo soy tu Padre. (Ver 1 Juan 3, 1)
Pero Señor, maté a mi bebé. ¿Sigo siendo tu hija?

Deseo derramar mi amor sobre ti. (Ver Efesios 1, 3)
Dios, yo no merezco tu amor.

Si has tenido una conversación como estas con Dios, no estás sola. Muchas mujeres que están sufriendo emocional, espiritual o incluso físicamente por un aborto también han tenido estos pensamientos. Pero a partir de hoy, tu Padre celestial desea que conozcas y experimentes, tal vez por primera vez o en una forma más profunda, que él te ama. Sí, tú eres su hija, su hija amada. Ese es el deseo de su corazón. Y él te está diciendo:

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Yo sé los planes que tengo para ustedes, planes para su bienestar y no para su mal, a fin de darles un futuro lleno de esperanza. Yo, el Señor, lo afirmo. Entonces ustedes me invocarán y vendrán a mí en oración y yo los escucharé. Me buscarán y me encontrarán, porque me buscarán de todo corazón. Sí, yo dejaré que ustedes me encuentren, y haré que cambie su suerte. (Jeremías 29, 11-14)

Tu Padre conoce todo sobre ti, tu pasado, presente y futuro. Pero, ¿qué tan bien lo conoces tú a él? ¿Sabes que Dios es amor? ¿Sabes que el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo son tres Personas en un solo Dios, una comunión de amor, que han anhelado compartir su amor con otros desde siempre? Esa es la razón por la cual el Padre nos creó.

El amor de Dios también se derramó en este hermoso mundo que ha creado para nosotros. ¡La Biblia nos dice que todo lo que Dios creo era bueno! Y al igual que lo hizo con nuestros primeros padres, Adán y Eva, Dios quiere que experimentemos la alegría de caminar y conversar con él.

Acción

- Toma algunos minutos para pensar en las cosas buenas creadas por Dios que tú puedes ver, escuchar, sentir o probar.
- Ahora, dale gracias por su amor al darte estas cosas buenas.

Durante la creación, tú ya estabas en la mente de Dios. Tú no eres un error, aun si el embarazo de tu madre no fue planeado o si ella trató de abortarte.

El corazón del Padre

Las verdades sobre el amor de Dios llenan la Biblia. Aquí encontrarás cinco más sobre las cuales meditar hoy.

1. Dios te había escogido aun antes de crear el mundo (ver Efesios 1, 4-6).
2. Dios te conocía antes de que fueras concebida (ver Jeremías 1, 5).
3. Dios conocía la fecha de tu nacimiento y el lugar donde vivirías (ver Hechos 17, 26).
4. Dios conoce cada cabello de tu cabeza (ver Mateo 10, 30).
5. Dios sabe todo lo que tú piensas, haces y dices (ver Salmo 139 (138), 1-4).

Acción

- Lee nuevamente estas verdades bíblicas. ¿Qué piensas respecto a ellas?

¿Te has preguntado alguna vez “por qué me creó Dios?” Bueno, la razón es que Dios planeó que fueras una de sus hijas amadas, para experimentar su amor y para amarlo tú a él. ¿Sabías que Dios anhela que lo llames “Abba”, que significa “papá” (ver Gálatas 4, 6)?

Acción

- Si nunca le has dicho “papá” a Dios, hazlo ahora. Luego, silencia tu mente y escucha a tu Padre celestial que te dice: “(Inserta tu nombre), tú eres mi hija amada. Yo te amo.”

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Otra verdad bíblica sobre Dios es que él siempre es el mismo, nunca cambia. Dios estaba, está y siempre estará lleno de amor. El aborto (o abortos) que te hayas practicado por cualquier razón, no puede cambiar el amor que Dios tiene por ti. Nada de lo que

Yo soy la hija amada de mi
Padre, él se deleita en mí.

estés experimentando —culpa, enojo, dolor, arrepentimiento, vergüenza, autocondenación, soledad o incluso indiferencia

por el aborto al que te sometiste— puede cambiar lo que Dios piensa de ti. Cuando fuiste bautizada, te

convertiste en su hija amada, y serás su hija amada por toda la eternidad. Esa es una verdad asombrosa que puedes repetirte a ti misma

todas las mañanas cuando te despiertas o cuando te mires en un espejo. Dite a ti misma: “Yo soy la hija amada de mi Padre, él se deleita en mí.”

¿Cómo aprendemos más sobre quién es Dios y cómo quiere él que vivamos cada día? Trata de encontrar algo de tiempo todos los días para rezar y leer algunos pasajes de la Escritura. Los tiempos de oración son momentos especialmente poderosos en que puedes hablar con tu Padre y escucharlo. Su amor por ti es personal, no esperes más. Comienza a tener un tiempo de oración, un momento tranquilo a solas con Dios, hoy. ¡Tu Padre celestial te está esperando!

Repasa estas verdades

- Dios me creó para conocerlo, experimentar su amor y amarlo.
- Todo lo que Dios creó es bueno.

El corazón del Padre

- Yo soy la hija amada de mi Padre, este siempre ha sido su deseo para mí.
- Mi Padre me invita a pasar tiempo a solas con él todos los días, conversando con él y escuchándolo.

Seguimiento

- Habla con tu Padre celestial sobre lo que tienes en tu corazón. Dios es alguien en quien puedes confiar y él siempre te escuchará. Puedes decirle lo que tienes en tu mente. Pídele que te recuerde que tú eres su hija amada.
- Para memorizar: “Yo sé los planes que tengo para ustedes, planes para su bienestar y no para su mal, a fin de darles un futuro lleno de esperanza” (Jeremías 29, 11)
- En un diario, teléfono, tableta u otro dispositivo, escríbele una carta a tu Padre celestial. Luego escucha y anota la respuesta de tu Padre.

Reza

Padre celestial, gracias por crearme a tu imagen y semejanza. Estoy agradecida por ser tu hija. Te pido que me ayudes a recordar esta verdad en mi mente y en mi corazón todo el tiempo, no solo cuando estoy teniendo un buen día. Espíritu Santo, por favor revélame, especialmente en mis tiempos de oración, más sobre quién es mi padre y cuánto me ama él.

Reflexión dos

El amor incondicional del Padre

*Mi Padre celestial me ama,
ninguna cuerda me ata*

Tu Padre celestial te ha amado siempre y nunca dejará de amarte. A diferencia de muchas de nuestras relaciones, nuestra relación con Dios no está atada por cuerdas. Nada de lo que tú hagas logrará que tu Padre te ame más. Y ninguno de los errores que cometes, incluyendo practicarte un aborto, podrá provocar que te ame menos. Su amor por ti es incondicional. ¿Crees en esta verdad?

Jesús comprendía el corazón de amor de su Padre y quería que también sus seguidores lo experimentaran. Así que les narró la parábola del hijo pródigo:

Un hombre tenía dos hijos. El mayor estaba feliz viviendo con su padre. Pero el menor quería divertirse más en la vida. Después de obtener su parte de la herencia, dejó la casa de su padre y vivió una vida irresponsable hasta que se quedó sin nada de dinero. Después de tratar de sobrevivir con el alimento de los cerdos, decidió regresar a casa. Se resignó con el hecho de que lo mejor que podía esperar era ser uno de los sirvientes de su padre. ¿Cómo podía esperar ser

El amor incondicional del Padre

tratado como un hijo después de haber abandonado a su padre? Pero el padre nunca dejó de amar a su hijo. Todos los días miraba a lo lejos con la esperanza de que su hijo regresara. Cuando por fin el padre vio a su hijo a lo lejos, corrió hacia él y lo abrazó. Le puso una túnica, sandalias y un anillo. Luego el padre ofreció una gran fiesta. (Lucas 15, 11-32)

En la parábola del hijo pródigo, el padre, que representa a nuestro Padre celestial, aceptó entregarle a su hijo su parte de la herencia, lo que le permitiría irse de su casa. Él sabía que la vida que su hijo estaba escogiendo no cumpliría sus sueños. Pero aun así no lo detuvo. ¡Su corazón debe haberse roto al ver a su hijo menor darle la espalda a la vida que habían vivido juntos, para buscar la felicidad en otra parte!

Pero no importa lo que el hijo haya hecho, o fuera a hacer, su padre lo amaba. El padre decidió que nunca dejaría de tener la esperanza de ver a su

hijo nuevamente. Y todos los días, observaba ansiosamente, anhelando que su hijo regresara.

A pesar de las decisiones que hayas tomado en el pasado y que sabes que no eran las correctas, tú nunca has dejado de ser la hija amada de tu Padre celestial. Nada puede cambiar tu identidad a sus ojos. El amor de tu Padre por ti siempre ha sido incondicional. Aunque su corazón sufrió cuando decidiste practicar un aborto, él todavía te ama.

Nada puede cambiar tu identidad a sus ojos. El amor de tu Padre por ti siempre ha sido incondicional.

Acción

- El amor incondicional de tu Padre es una verdad muy importante. Toma algunos minutos para reflexionar en esta verdad. Habla con tu Padre al respecto.
- Escribe en un cuaderno cualquier cosa que te impida experimentar esta verdad. Luego anota lo que creas que tu Padre te está diciendo.

Las decisiones importantes pueden ser difíciles. A veces, puede haber un estira y encoje dentro de nuestro corazón. Es posible que sepamos qué es lo correcto, pero aun así luchamos con nuestra decisión. El apóstol Pablo conocía muy bien esta lucha que experimentamos entre lo que está bien y lo que está mal. Él escribió: “No entiendo el resultado de mis acciones, pues no hago lo que quiero, y en cambio aquello que odio es precisamente lo que hago” (Romanos 7, 15).

Es muy probable que el hijo pródigo también luchó con las decisiones que tomó. Tal vez luchó con la decisión de pedir su herencia tan pronto para poder abandonar la casa de su padre. Mientras disfrutaba de su nueva libertad, puede haber luchado con eso también. Quizá fue difícil aceptar la invitación de sus nuevos amigos a unirse a actividades que iban en contra de los valores que su padre le había inculcado. Y luego, tal vez luchó con la decisión de regresar a su padre y se preguntó si podría soportar el dolor de vivir como un sirviente, no un hijo, en la casa de su padre.

En tu propia vida, ¿has experimentado alguna lucha con respecto a alguna decisión que has tomado? ¿Qué sucedió el día

en que supiste de tu embarazo no planeado? ¿Te paralizó el miedo? ¿Entraste en pánico? ¿Estabas tan impactada que dijiste “esto no me puede estar sucediendo”?

Luego, cuando comenzaste a pensar si tener al bebé o practicar un aborto, ¿fue difícil tomar la decisión? En estas situaciones, el pánico y el miedo a menudo nublan nuestro pensamiento. Esos sentimientos pueden conducirnos a tomar

decisiones impulsivas o con miedo. Esto es particularmente cierto si has tenido un trauma pasado en tu vida

Recuerda: Tú no estabas sola. Tu Padre estaba ahí contigo, sus ojos estaban fijos en ti. El Señor nunca se apartó de tu lado en medio de todo lo que estabas viviendo.

Recuerda: Tú no estabas sola. Tu Padre estaba ahí contigo, sus ojos estaban fijos en ti. El Señor nunca se apartó de tu lado en medio de todo lo que estabas viviendo.

Acción

- Anota en tu diario cualquier pensamiento o temor que puedas haber tenido cuando supiste de tu embarazo no planeado. Si sientes que tu Padre te está hablando a tu corazón, escribe lo que te dice. De esa forma, podrás leerlo nuevamente después.

El hijo pródigo perdió su herencia debido a sus decisiones personales. Pero siguió siendo el hijo de su padre. Tú también puedes haber perdido familia, amigos, reputación o pertenencias

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

materiales debido a tus decisiones. Pero nunca dejaste de ser la hija amada de tu Padre.

Desde luego, no todas las decisiones del hijo pródigo fueron malas. Al final, regresó con su padre, aun cuando eso significara vivir como un sirviente en su propia casa. Su padre, que lo había perdonado por todo lo que él había hecho, estaba muy feliz de verlo. A pesar de ser anciano, el padre corrió hacia su hijo tan pronto como lo vio en el horizonte. ¡Debió haber sido un encuentro muy feliz!

En la escena final de la parábola, el padre ofrece una gran fiesta en honor de su hijo. Sin embargo, su hijo mayor atravesó un momento difícil para aceptar el amor incondicional de su padre por su hermano. Cuando se quejó, su padre respondió con estas hermosas palabras:

“Hijo mío, tú siempre estás conmigo, y todo lo que tengo es tuyo. Pero había que celebrar esto con un banquete y alegrarnos, porque tu hermano, que estaba muerto, ha vuelto a vivir; se había perdido y lo hemos encontrado” (Lucas 15, 31-32).

¿Cómo es tu relación con tu Padre celestial? ¿Todavía estás muy lejos, comenzando el regreso, o ya te reuniste con él? Recuerda: El amor de tu Padre por ti es incondicional, y él no desea nada más que tú regreses a él.

Repasa estas verdades

- Mi Padre me ama incondicionalmente.
- Mi aborto no cambia el amor del Padre por mí. El Señor siempre está esperando que yo regrese a él.
- Mi Padre siempre está a mi lado. Yo nunca estoy sola.

Seguimiento

- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a imaginar que tu Padre te está abrazando fuertemente. Escúchalo decirte: “Te amo, nunca he dejado de amarte.” Medita en esta experiencia todo el tiempo que quieras.
- Para memorizar: “No entiendo el resultado de mis acciones, pues no hago lo que quiero, y en cambio aquello que odio es precisamente lo que hago” (Romanos 7, 15).
- Para memorizar: “Hijo mío, tú siempre estás conmigo, y todo lo que tengo es tuyo. Pero había que celebrar esto con un banquete y alegrarnos, porque tu hermano, que estaba muerto, ha vuelto a vivir; se había perdido y lo hemos encontrado” (Lucas 15, 31-32).
- Anota en tu diario cualquier idea o sentimiento relacionado con esta parábola. Si te surgen preguntas que quieres hacerle a tu Padre, anótalas. Con el tiempo, él podría responder muchas de ellas.

Reza

Padre, al igual que el hijo pródigo, he tomado muchas malas decisiones, incluyendo mi aborto, y a menudo me he alejado de ti. Padre, gracias por amarme incondicionalmente y siempre esperar que yo regrese. Te ruego que hoy me des tu consuelo. Permíteme ver tu rostro sonriente y escucharte decir: “Yo nunca dejaré de amarte, y ninguna cuerda te ata.”

Reflexión tres

El nacimiento de Jesús y su vida pública

Jesús desea tener una relación personal conmigo

A su debido tiempo, nuestro Padre celestial envió a su único Hijo, Jesús, a esta tierra: “Aquel que es la Palabra se hizo hombre y vivió entre nosotros. Y hemos visto su gloria, la gloria que recibió del Padre, por ser su único Hijo, abundante en amor y verdad” (Juan 1, 14).

Jesús, quien fue concebido por el poder del Espíritu Santo en el vientre de una adolescente judía llamada María, nació en circunstancias no planeadas, en un establo a cientos de kilómetros de la casa de José y María.

Los primeros visitantes que recibió Jesús fueron algunos pastores de las colinas alrededor del pueblo. Los ángeles se les aparecieron cantando “¡Gloria a Dios en las alturas! ¡Paz en la tierra entre los hombres que gozan de su favor!” (Lucas 2, 14). Y poco tiempo después, guiados por una nueva estrella en el cielo, tres hombres sabios llegaron a arrodillarse y adorar a Jesús, llevándole regalos de oro, incienso y mirra (ver Mateo 2, 1-12).

Acción

- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a imaginar el establo en Belén. Imagina que tú estás ahí. ¿Qué ves y escuchas? ¿Qué estás haciendo o diciendo? ¡Disfruta el momento!
- Si estás experimentando confusión en tu vida, especialmente por tu aborto, mira a Jesús acostado en el pesebre. Él es el “Príncipe de la paz” (Isaías 9, 5). Pídele a Jesús que te conceda su paz. “Les dejo la paz. Les doy mi paz” (Juan 14, 27).

Jesús tenía treinta años cuando comenzó su ministerio público. Y en el Evangelio de San Marcos, podemos leer las primeras palabras de Jesús que fueron registradas: “Ya se cumplió el plazo señalado, y el reino de Dios está cerca. Vuélvanse a Dios y acepten con fe sus buenas noticias” (Marcos 1, 14-15). ¡Qué mensaje más poderoso! Pero no era su propio mensaje. Jesús dijo: “Les aseguro que el Hijo de Dios no puede hacer nada por su propia cuenta; solamente hace lo que ve hacer al Padre” (Juan 5, 19). El mensaje venía directamente del corazón paternal de Dios.

Una vez que Jesús comenzó su vida pública, las noticias sobre él se propagaron rápidamente por todo el país. Así que, donde Jesús comenzara a enseñar —en la colinas, los pueblos, alrededor del Mar de Galilea o en cerca del templo— la multitud se agolpaba a su alrededor. Ellos se aferraban de su palabra. Jesús no tenía prejuicios; él aceptaba a todos. Y por esta razón, los jefes religiosos a menudo lo criticaban, especialmente cuando comió con los recaudadores de impuestos y los pecadores (ver Mateo 9, 9.13).

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Los discípulos de Jesús también se sorprendían de algunas de las cosas que él hizo: No solo enseñaba a las multitudes sino que las alimentó milagrosamente (ver Marcos 6, 30-44); recibía a los padres que le llevaban a sus pequeños hijos para que los bendijera (ver Marcos 10, 13-16); y hablaba con aquellos que no practicaban la fe judía, como la mujer samaritana en el pozo del pueblo (ver Juan 4, 1-42).

¡Jesús siempre está listo para satisfacer nuestras necesidades también!

Entre más leemos los Evangelios, más vemos que Jesús siempre está listo a satisfacer las necesidades de aquellos que acuden a él. Día tras día, durante tres años, Jesús realizó milagros:

Curando a los enfermos, expulsando demonios, limpiando a los leprosos y resucitando a los muertos (ver Marcos 1—5). ¡Jesús siempre está listo para satisfacer nuestras necesidades también!

Acción

- Lee algunos de los pasajes bíblicos mencionados anteriormente. Imagina las escenas descritas. Disfruta aprendiendo más de Jesús.
- Anota en tu diario tus ideas y sentimientos. Si un versículo en particular te llama la atención, escríbelo junto a la razón de por qué es tan significativo.

Jesús curaba no solo las enfermedades físicas sino también las espirituales. Una tarde, una mujer que era conocida por ser prostituta buscó a Jesús. Lo encontró cenando en la casa de uno de los líderes religiosos. Entró sin invitación, se arrodilló y le lavó

El nacimiento de Jesús y su vida pública

los pies con sus lágrimas y los secó con su cabello. Luego le besó los pies y derramó perfume sobre ellos. Jesús aceptó su hermoso acto de amor, una demostración pública de arrepentimiento por sus pecados. Mientras otros estaban impactados por el comportamiento de ella, Jesús conocía la sinceridad de su corazón. “Tus pecados te son perdonados” (Lucas 7, 48).

Acción

- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a recrear esta escena en tu mente. Imagina que estás en ella, tú eres esa mujer. ¿Qué sientes al acercarte a Jesús? ¿Por qué acudiste a él? ¿Por qué derramas lágrimas al arrodillarte a sus pies? ¿Qué le estás diciendo mientras secas sus pies con tus cabellos? ¿Qué oyes que te dice él mientras besas sus pies y derramas perfume sobre ellos?
- Quédate un rato con esta escena. Permite que Jesús te llene con su amor y aceptación.
- Anota tus ideas y sentimientos sobre esta escena. Escribe lo que Jesús te está diciendo.

Jesús estaba lleno de amor y compasión por la prostituta que cayó a sus pies. Y también está lleno de amor y compasión por ti. Si te sientes indigna de

Jesús te ama. Tu dignidad y valor no se basan en lo que has hecho o no has hecho, sino en que eres su hermana y una hija amada de su Padre.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

acercarte a Jesús por el aborto que te practicaste o tienes miedo de que él te rechace, recuerda cómo reaccionó el con la prostituta. Jesús te ama. Tu dignidad y valor no se basan en lo que has hecho o no has hecho, sino en que eres su hermana y una hija amada de su Padre.

Podrías pensar que Jesús no quiere tener una relación personal contigo debido al aborto al que te sometiste o por otras cosas que has hecho. Pero permite que este versículo bíblico te recuerde el amor que él tiene por ti: “Mira, yo estoy llamando a la puerta; si alguien oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaremos juntos” (Apocalipsis 3, 20). Existe un famoso cuadro de Jesús llamando a la puerta, pero él no puede abrirla porque no hay manija en la parte de afuera. ¡Tú tienes que abrirla para dejarlo entrar!

Jesús quiere ser parte de tu vida, él desea ser tu primer amor. Todo lo que tienes que hacer es abrir la puerta de tu corazón e invitar a Jesús a pasar dentro. El Señor es fiel, él entrará en tu vida.

Repasa estas verdades

- Jesús es la Palabra de Dios y el Príncipe de paz.
- Jesús se acercó a los recaudadores de impuestos y a los pecadores. Pasó tres años enseñando y curando a todo el que acudiera a él.
- Jesús sabe de mi aborto, y aun así me sigue amando.
- Jesús desea tener una relación personal conmigo.

Seguimiento

- Responde a la invitación de Jesús de tener una relación personal con él. En tus propias palabras, invítalo a entrar en tu corazón. O reza: “Señor Jesús, te escucho decirme que quieres tener una relación personal conmigo. Gracias por aceptarme tal como soy, me arrepiento de mis pecados. Por favor ven a mi vida. Deseo experimentar tu presencia amorosa y hacer lo que te agrada.”
- Si tú ya tienes una relación con Jesús, toma unos minutos para entregarle tu vida nuevamente.
- Para memorizar: “Mira, yo estoy llamando a la puerta; si alguien oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaremos juntos” (Apocalipsis 3, 20).
- Escríbele una carta a Jesús en tu diario. Anota lo que tengas en tu corazón, incluyendo cualquier pensamiento sobre tu aborto. Dedicar tiempo para escuchar a Jesús. Anota lo que Jesús te esté diciendo.

Reza

Señor Jesús, tú eres el Hijo amado de mi Padre y mi hermano. Gracias por dejar la gloria del cielo para venir a este mundo. Durante tres años de vida pública, revelaste el corazón del Padre a través de tus palabras y acciones. Tú acogiste y amaste a todos, incluso a los que eran rechazados por otros. Esto me llena de esperanza. Señor Jesús, tú no quieres que nadie tema acercarse a ti. Gracias por aceptarme y amarme. Estoy muy agradecida porque me has invitado a tener una relación personal contigo. Te necesito en mi vida.

Reflexión cuatro

La muerte de Jesús en la cruz

Jesús me ofrece su misericordia

¿Alguna vez te has preguntado por qué fue necesario que Jesús muriera en la cruz? Es porque todos hemos pecado y nos hemos alejado de la gloria de Dios (ver Romanos 3, 10). Cuando Jesús murió en la cruz, asumió él mismo el castigo que merecían nuestros pecados. Y la preciosa sangre que fluyó de sus heridas nos limpió de la culpa de esos pecados. Al morir por nosotros, Jesús abrió el camino al cielo. Ahora nosotros podemos presentarnos, puros y sin mancha, ante nuestro Padre celestial: “Pues Dios amó tanto al mundo, que dio a su Hijo único, para que todo aquel que cree en él, no muera, sino que tenga vida eterna” (Juan 3, 16).

Jesús, que es nuestro Salvador y Redentor, voluntariamente soportó un sufrimiento horroroso porque nos ama:

- “Le quitaron su ropa, lo vistieron con una capa roja y le pusieron una corona tejida de espinas y una vara en la mano derecha. Luego se arrodillaron delante de él, y burlándose le decían: ‘¡Viva el Rey de los judíos!’ También lo escupían, y con la misma vara le golpeaban la cabeza” (Mateo 27, 28-30)

La muerte de Jesús en la cruz

- “Jesús salió llevando su cruz, para ir al llamado ‘Lugar de la Calavera’ (que en hebreo se llama Gólgota). Allí lo crucificaron, y con él otros dos, uno a cada lado” (Juan 19, 17-18)
- “A esa misma hora, Jesús gritó con fuerza: ‘*Elí, Elí, ¿lemá sabactaní?*’ (es decir: ‘Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?’) Jesús dio otra vez un fuerte grito y murió” (Mateo 27, 46. 50)

Acción

- Lee el relato del sufrimiento y la muerte de Jesús en alguno de los Evangelios: Mateo 27; Marcos 14-15; Lucas 23 o Juan 18—19.
- Pide al Espíritu Santo que te ayude a visualizar la escena de Jesús colgado de la cruz. ¿Qué ves y oyes? ¿Cómo te hace sentir esto?
- Imagina la preciosa sangre de Jesús fluyendo desde la corona de espinas en su cabeza y los clavos en sus manos y pies. Solo su madre, unas pocas mujeres y su discípulo Juan están ahí para consolarlo.
- Ahora imagina que tú estás a los pies de la cruz. ¿Qué le estás diciendo a Jesús? ¿Puedes escuchar que Jesús dice: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen” (Lucas 23, 34)? ¿Cómo te sientes?
- Anota en tu diario tus pensamientos y sentimientos.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Jesús murió para que todos tus pecados, incluyendo tu aborto, fueran perdonados. Sin embargo, para recibir perdón, cada uno de nosotros debe primero arrepentirse de sus pecados. ¿Cómo te arrepientes? El arrepentimiento significa admitir que lo que hicimos estuvo mal frente a los ojos de Dios, pedir perdón y redireccionar nuestra vida hacia él y alejarnos del pecado. Pero muchos preguntan, y tal vez tú también, si abortar a un niño está mal. Sí, sí lo está. El aborto es un pecado porque acaba con una vida nueva. La vida es un don de Dios. Toda vida es preciosa, desde el momento de la concepción hasta

Toda vida es preciosa, desde el momento de la concepción hasta la muerte natural.

la muerte natural. Cuando hacemos algo para dañar o destruir la vida en el vientre, Dios se aflige porque es la pérdida de su hijo o hija. Si has tenido uno o más abortos (o

estuviste involucrada en un aborto de cualquier manera), necesitas reconocer que estuvo mal y pedirle a Dios que te perdone.

Estas pueden ser palabras difíciles de aceptar. Recuerda, dado que Jesús ha muerto por todos nuestros pecados, él murió por el pecado del aborto también. Dios es misericordioso y la preciosa sangre de Jesús derramada al morir en la cruz te limpia del pecado y la culpa de tu aborto. Permite que estos versículos te consuelen: “Purifícame con hisopo, y quedaré limpio; lávame, y quedaré más blanco que la nieve” (Salmo 51 (50), 7). “Nuestros pecados ha alejado de nosotros, como ha alejado del oriente el occidente” (Salmo 103 (102), 12).

¿Has pensado alguna vez que el pecado del aborto es demasiado grande como para que Dios lo perdone? Satanás quiere que creas eso, pero es una mentira. Debes recordar que Satanás “es mentiroso y es el padre de la mentira” (Juan 8, 44). Sus

mentiras pueden provocar que una mujer se sienta culpable, aun después de haberse arrepentido. A veces estas mentiras son tan persuasivas que una mujer puede cerrarse emocionalmente, incluso con aquellos que son más cercanos a ellos. Si descubres que esto te está pasando a ti, di la siguiente oración: “Señor Jesús, en tu nombre, rechazo estas mentiras. Por favor cúbreme con tu preciosa sangre.”

Si no te has arrepentido antes por tu aborto, hazlo ahora. Pedir perdón es la puerta para recibir paz y curación. Así que no permitas que nada te impida buscar la misericordia de Dios.

Acción

- Arrodíllate, y luego mira a una cruz o imagínate una. Reza: “Señor Jesús, te pido que me perdones por abortar el hijo que llevaba en mi vientre. Admito que eso estuvo mal.” Si te has practicado más de un aborto, pide perdón específicamente por cada uno.
- Continúa rezando: “Amado Jesús, gracias por morir en la cruz por mi pecado del aborto y todos mis demás pecados.”
- Quédate en silencio y permite que Jesús te hable.
- Escúchalo decir: “Tus pecados son perdonados”
- Regocíjate en la misericordia de Dios. Agradecele por enviar a su Hijo a morir por ti en la cruz.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

- También podrías escuchar a Jesús decir: “Necesitas perdonarte a ti misma por abortar a tu hijo.” Pídele ahora la valentía y la ayuda para hacerlo.
- Ahora ve un paso más adelante: Pregúntate a ti misma si hay alguien que estuvo involucrado en tu aborto a quien necesites perdonar: ¿El padre del niño, tus padres, el médico o un amigo? Pídele al Espíritu Santo que ponga sus nombres en tu mente.
- El perdón no es un sentimiento; es una decisión. Así que no esperes tener el sentimiento. A menudo es solo a través de la oración y la ayuda de Dios que con el tiempo verdaderamente podremos dejar ir el enojo y el resentimiento hacia aquellos que nos han hecho daño.
- Ahora reza: “Señor, perdóname por cualquier falta de misericordia, enojo o resentimiento que haya tenido en contra de (menciona sus nombres). Les concedo a ellos el regalo del perdón.
- Superamos el enojo y el resentimiento a través del don del perdón.

Jesús una vez dijo a los jefes religiosos: “Les digo que así también hay más alegría en el cielo por un pecador que se convierte que por noventa y nueve justos que no necesitan convertirse” (Lucas 15, 7). ¡Qué idea más gloriosa para terminar esta reflexión!

Repasa estas verdades

- En la cruz, Jesús murió por todos mis pecados, incluido el aborto.
- Mi Padre es misericordioso. Cuando se lo pido, él me perdona. Ningún pecado que yo haya cometido es demasiado grande como para que Dios lo perdone.
- Mi Padre me pide que me perdone a mí misma por abortar a mi hijo.
- El perdón es una decisión, no un sentimiento. Es importante ofrecer perdón a aquellos que nos han hecho daño u ofendido.

Seguimiento

- Algunas mujeres nunca le han contado a nadie sobre el aborto o los abortos a los que se han sometido, es su secreto oscuro. Podría ser por vergüenza o porque tienen temor de las reacciones de la gente y el posible rechazo. No quieren más dolor en su vida. Si ese es tu caso, pídele al Espíritu Santo que te dé la valentía de abrir tu corazón con alguien de confianza.
- Si eres católica, saca una cita para confesarte. Conversa con el sacerdote sobre tu aborto y recibe la gracia sanadora del Sacramento de la Reconciliación.
- También puedes contactar a **Apoyo después del aborto** o alguno de los otros recursos de apoyo mencionados en la parte de atrás de este librito.
- Para memorizar: “Pues Dios amó tanto al mundo, que dio a su Hijo único, para que todo aquel que cree en él no muera, sino que tenga vida eterna” (Juan 3, 16).

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

- Anota en tu diario una plegaria de gratitud a Jesús por su muerte en la cruz por tus pecados. Toma el tiempo de escuchar a Jesús. Escribe lo que escuchas.

Reza

Señor Jesús, estoy arrepentida por mi aborto. Por favor perdóname. No quiero dar excusas de lo que hice; quiero recibir tu perdón. Jesús, gracias por sufrir una muerte tan horrorosa en la cruz para que mis pecados fueran perdonados. Jesús, yo merecía morir por mis pecados, pero tú tomaste mi lugar. Por tu cruz, no hay separación entre mi Padre y yo. ¡Ahora puedo esperar pasar mi vida con Dios aquí en la tierra y con seguridad por toda la eternidad en el cielo! Tú eres mi Redentor, Salvador, Señor y Amigo. Gracias, Jesús, por tu amor de sacrificio

Reflexión cinco

La resurrección de Jesús de entre los muertos

Jesús me ofrece sanidad

El primer día de la semana, María Magdalena fue al sepulcro muy temprano, cuando todavía estaba oscuro; y vio quitada la piedra que tapaba la entrada. (Juan 20, 1)

La muerte no pudo mantener atado a Jesús. ¡El Señor ha obtenido la victoria sobre la muerte, el pecado y Satanás!

Acción

- Lee en tu Biblia el relato completo de la resurrección de Jesús (ver Juan 20, 1-18).
- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a recrear la escena del encuentro de María con Jesús en tu mente. Su apariencia era tan distinta que ella no lo reconoció hasta que él la llamó por su nombre.
- Ahora imagina que tú estás ahí. Acabas de encontrarte con Jesús. ¿Cuáles son tus pensamientos y sentimientos. ¿De qué estás

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

hablando con Jesús? ¿Te está mostrando él las heridas de sus manos y sus pies? ¿Estás tocando su cuerpo glorioso?

- En tu diario, anota algunas de tus ideas y sentimientos sobre tu encuentro con Jesús. Incluye cualquier cosa que Jesús te diga.

La resurrección de Jesús no es algo que simplemente sucedió hace muchos años. Tiene un significado en tu vida, aquí y

La resurrección de Jesús no es algo que simplemente sucedió hace muchos años. Tiene un significado en tu vida, aquí y ahora.

ahora. La gran noticia es que Jesús, ahora resucitado de entre los muertos, te invita a participar de su vida nueva.

La nueva vida que te ofrece Jesús es de esperanza, alegría y confianza en la verdad de que tú eres una hija amada de tu Padre. Es una vida de

victoria sobre el pecado y sobre todas las cosas que te abruman. A través del Espíritu Santo, ahora tienes el poder de rechazar el pecado y las tentaciones y aceptar una vida que agrade a Dios. La nueva vida de Jesús te ofrece libertad de la culpa, la vergüenza, el enojo, al arrepentimiento o la indiferencia asociadas con cualquier pecado, incluyendo tu aborto.

Estas son las verdades de nuestra fe cristiana. Pero, si experimentas alguna duda de si tienes vida nueva, Jesús te dice: “Yo soy la resurrección y la vida. El que cree en mí, aunque muera, vivirá; y todo el que todavía está vivo y cree en mí, no morirá jamás” (Juan 11, 25-25). Jesús pronunció estas palabras justo antes de levantar de la muerte a su querido amigo Lázaro.

Acción

- Lee en tu Biblia el relato completo sobre la resurrección de Lázaro de los muertos (ver Juan 11). Resalta cualquier palabra que te llame la atención o escríbelas en tu diario.
- Ahora dibuja una cruz. Anota cualquier sentimiento negativo relacionado con tu aborto sobre esa cruz (puede ser culpa, vergüenza, arrepentimiento, indiferencia, enojo o amargura).
- Al escribir cada una, reza así: “Señor Jesús, creo en ti y en el poder de tu muerte y resurrección. Te ruego que me perdones y me liberes.”
- Lee este versículo varias veces: “Cristo mismo llevó nuestros pecados en su cuerpo sobre la cruz, para que nosotros muramos al pecado y vivamos una vida de rectitud. Cristo fue herido para que ustedes fueran sanados” (1 Pedro 2, 24).
- Imagina la sangre de Jesús limpiando tus pecados y tus emociones negativas. Ahora acepta tu libertad, y escucha a Jesús que te dice: “Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia” (Juan 10, 10).

Es posible que recuerdes que Jesús, después de resucitar a Lázaro, le mandó a que saliera de la tumba. Luego Jesús le pidió a algunos de los que se encontraban en medio de la sorprendida multitud

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

que le quitaran las vendas que envolvían su cuerpo. Jesús no quería que su amigo estuviera atado a nada que tuviera que ver con la muerte.

Él deseaba que Lázaro fuera libre para experimentar abundantemente la vida nueva. Jesús anhela que tú también experimentes su vida abundante.

Sanar tus recuerdos

A veces los recuerdos pueden impedirnos experimentar la plenitud de la vida nueva que por derecho es nuestra por la muerte y

El Señor desea liberarte curando cualquier recuerdo que te avergüence. “Así que, si el Hijo los hace libres, ustedes serán verdaderamente libres” (Juan 8, 36).

la resurrección de Jesús. Los recuerdos pueden ser como cadenas. Tal vez este relato te ayude a entender lo controladores que pueden ser:

Un entrenador de elefantes le estaba mostrando a un visitante el zoológico. El visitante observó a un gran elefante con una cadena alrededor de su tobillo.

Unos delgados eslabones sostenían la cadena a una estaca en el suelo. “Tengo curiosidad”, dijo el visitante. “¿Cómo es posible que una cadena tan débil sostenga a un animal tan grande?” El entrenador respondió: “Bueno, realmente no lo hace”. Y siguió explicando: “Cuando un elefante nace, le

colocamos una cadena como esta alrededor de su tobillo. No importa cuánto tire el bebé elefante, no puede romper la cadena ni sacar la estaca. En algún punto, deja de intentar. Para el momento en que ha crecido, sigue encadenado. Sin embargo, no es la cadena la que lo sostiene. Es el recuerdo de la cadena.”

Jesús no quiere que los recuerdos de tu aborto te encadenen. El Señor desea liberarte curando cualquier recuerdo que te avergüence. “Así que, si el Hijo los hace libres, ustedes serán verdaderamente libres” (Juan 8, 36).

¿Qué significa que Jesús puede sanar tus recuerdos? Cuando Jesús sana un recuerdo, ese recuerdo ya no te arrastra más al pasado. Puedes avanzar en tu vida. Eso no significa que nunca más tendrás un recuerdo de tu aborto. Eventualmente puedes experimentar dolor, y todavía puedes extrañar a tu hijo y arrepentirte de tu responsabilidad por su muerte. Sin embargo, Jesús te sana, ya no estás paralizada por el dolor o la condenación.

Hasta esta reflexión, las acciones sugeridas han sido exclusivamente para que tú las realices. Sin embargo, para las acciones descritas aquí podrías querer que tu párroco o un amigo de confianza rece a tu lado. Su presencia será consoladora. Tener apoyo emocional y de oración puede ser particularmente importante si pensar en tu aborto es abrumador o traumático. Jesús desea sanar tus recuerdos, y lo hará. Pero también desea que haya personas que te apoyen en tu proceso de sanidad. Si necesitas apoyo adicional, por favor contacta a **Apoyo después del aborto**. En la parte de atrás de este librito encontrarás recursos adicionales.

Si estás apoyando a alguien en este tiempo de sanación, ayúdale a través de estas acciones mientras le recuerdas la presencia y el amor de Jesús.

Action

- Comienza rezando: “Señor Jesús, no deseo seguir encadenada por los recuerdos de mi aborto. Por favor ven y sáname.”

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

- Ahora pídele al Espíritu Santo que presente recuerdos de tu aborto: tal vez el momento en que descubriste que estabas embarazada; las reacciones del padre del niño o de tus padres; el sentimiento de abandono; el dilema de decidir ir a una clínica de abortos; el procedimiento mismo; los días siguientes al aborto; o cualquier otro recuerdo que encuentres perturbador.
- Cuando surge un recuerdo en tu mente, pídele a Jesús que venga a ese recuerdo. Luego espera a que Jesús vea tu recuerdo. ¿Qué está haciendo Jesús? ¿Está extendiendo sus brazos a ti, abrazándote o tal vez secando tus lágrimas? Dile a Jesús: “Por favor sana este recuerdo para que ya no me siga manteniendo encadenada.”
- Finalmente, escucha lo que Jesús te dice. Tal vez te esté diciendo: “Yo estuve a tu lado todo el tiempo, recibe mi paz. Yo soporté el dolor de este recuerdo cuando morí en la cruz. Yo soy tu Señor resucitado. Yo he sanado tu recuerdo.”

No te apresures, permite que las lágrimas fluyan. Llorar es sanador. “Los que siembran con lágrimas, cosecharán con gritos de alegría” (Salmo 126 (125), 5).

Y no te preocupes sin no puedes ver a Jesús en tu mente o escucharlo decir algo. No todos pueden hacerlo. Pero confía en que Jesús está contigo, él te ve y escucha los lamentos de tu corazón. Jesús te sostiene de tu mano y llora contigo. El Señor puede sentir tu angustia y tu dolor; Jesús te está sanando.

Sanar tu dolor

¿Estás sufriendo por la pérdida de tu hijo? ¿Has sido rechazada por alguien a causa de tu aborto? Aunque identificar y reconocer tus pérdidas sea doloroso, es un paso importante para sanar de tu dolor. Minimizar o negar tus pérdidas solamente desacelerará el proceso de sanación.

¿Qué es el sufrimiento? El sufrimiento es una tristeza profunda que puede ser tanto dolorosa como emocionalmente agotadora. Puede provocar que una persona se sienta vacía e insensibilizada. El sufrimiento es normal después de una pérdida. Así que date el permiso de sufrir tu pérdida o pérdidas. Tu sufrimiento es real. Pero si te permites sanar, el dolor que estás sintiendo ahora disminuirá con el tiempo.

Acción

- Habla con Jesús sobre tu sufrimiento y tu dolor. Jesús es el Sanador; él está escuchando, y está a tu lado. Cuando estés lista, dile: “Señor Jesús, te entrego mi sufrimiento y mi dolor. Por favor tómallo todo.”

Permitirte soltar el dolor no significa que te olvidarás de tu hijo o de que tu amor por él o ella será menor. Es permitirte aceptar la libertad y la sanidad que Jesús ganó para ti al morir en la cruz y resucitar de entre los muertos. Aceptar esta libertad y curación te permitirá avanzar en la vida que tu Padre celestial tiene para ti. Recuerda: Tu Padre te ama incondicionalmente, y no quiere que tú sufras toda la vida por lo que hiciste.

Acción

- Aquieta tu mente, y concéntrate en Jesús. Imagínalo vivo y resucitado de entre los muertos, ¡caminando fuera de la tumba! Recuerda que estás segura en su presencia.
- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a identificar tus pérdidas. Luego anótalas en tu diario.
- Reza: “Ven, Jesús, te ruego que me sanes, me consueles y me des tu paz.” Luego escucha a Jesús darte palabras de amor y ánimo.
- Si puedes, escucha algo de música cristiana. La música puede ayudarte a concentrarte en la presencia de Jesús a tu lado. Sigue rezando: “Señor Jesús, te amo, confío en ti.”

Es importante mencionar que Jesús puede sanar el sufrimiento por completo después de una sesión de oración. Sin embargo, la sanidad a menudo es un proceso, muy personal e individual, y no se trata de seguir una serie de pasos. Sé paciente contigo misma. Todos avanzan a un ritmo distinto en los procesos de sufrimiento, algunos más rápido que otros. Algunas mujeres pueden quedarse atrapadas en el dolor y no parecen salir de él. Tal vez tengas un recuerdo que sea muy angustiante, o tal vez no puedas moverte a través del dolor de perder a tu hijo (u otra relación). Si te encuentras luchando con el sufrimiento (por tu hijo u otra pérdida) o te sientes atrapada es vital que busques ayuda profesional. **Apoyo después del aborto** te conectará con un recurso local.

Tú no estás sola. Otras mujeres también están luchando. Durante este tiempo, procura no permitirte pensamientos tales como: “No estoy curada por mi falta de fe” o “ algo debo estar haciendo mal.” Más bien, pídele a Jesús todos los días que te siga curando. También, busca oración, apoyo y guía de tu párroco y otra persona en que puedas confiar. Y mantén la esperanza de que Jesús te está sanando.

Sanar tu vergüenza

¿Has experimentado arrepentimiento o vergüenza desde que te practicaste el aborto o que te equivocaste? Si es así, no eres la única que ha experimentado vergüenza. Dios es tu Padre, y él desea quitarte esta vergüenza y sanarte.

Acción

- Dedicar un tiempo en oración con tus ojos cerrados y pídele a Dios tu Padre que venga y te sane de la herida de la vergüenza que hay en tu corazón. Identifica el dolor en tu corazón o donde sea que lo sientas. Pídele a Dios que ponga su mano sanadora sobre ti y venga y cure ese dolor, él quiere hacerlo. Tal vez quieras repetir esta oración por varios días mientras Dios tu Padre te cura esa herida.

Sanar tu cuerpo

Ahora enfoquémonos en tu sanidad física. En los Evangelios, nos encontramos con una mujer que ha tenido hemorragias por

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

doce años y que se acercó a Jesús buscando sanidad. Estaba desesperada, y nadie había sido capaz de curarla. Así que se abrió paso entre la multitud y tocó el borde del manto de Jesús. Se curó instantáneamente. Y Jesús supo que ese poder había salido de él (ver Lucas 8, 43-48). Jesús desea sanar nuestro cuerpo físico así como nuestros recuerdos y emociones. Así que si tuviste una herida, complicaciones u otros efectos físicos secundarios por tu aborto, pídele a Jesús que te guíe para hacer las citas adecuadas con un médico.

Acción

- Vuélvete a Jesús y reza: “Señor Jesús, así como hizo la mujer del relato bíblico, extiende mi mano para tocar el borde de tu manto. Te pido el poder sanador que fluye de tu cruz y resurrección para que fluya por mi cuerpo y me cure de estas condiciones físicas (mencionálas).”

Recuerda: El deseo más profundo de Jesús para ti, su hija, es que experimentes la plenitud de la vida que te pertenece como hija de su Padre. Que tu corazón se llene de gloria al comprender, ya sea inmediatamente o con el tiempo, que fuiste curada. ¡Ese es el poder de la muerte y la resurrección de Jesús que transforma tu vida!

Repasa estas verdades

- La resurrección de Jesús me ofrece una vida nueva, libertad y curación.
- La resurrección de Jesús me da esperanza.
- Jesús puede sanar los efectos emocionales, espirituales y físicos de mi aborto.

- Jesús anhela que yo experimente la plenitud de la vida que me pertenece como hija de mi Padre.

Seguimiento

- Pídele a tu párroco, pastor o un amigo de confianza que ore por tu sanación.
- Si eres católica, recibe la Eucaristía lo más pronto posible. La presencia de Jesús será una fuente de sanación para ti.
- Para memorizar: “Yo soy la resurrección y la vida. El que cree en mí, aunque muera, vivirá; y todo que todavía está vivo y cree en mí, no morirá jamás” (Juan 11, 25-26).
- “Cristo mismo llevó nuestros pecados en su cuerpo sobre la cruz, para que nosotros muramos al pecado y vivamos una vida de rectitud. Cristo fue herido para que ustedes fueran sanados” (1 Pedro 2, 24).
- Anota en tu diario cómo estuvo tu tiempo de oración de sanción.

Reza

Señor Jesús, tú eres la resurrección y a vida. Te doy gracias por la nueva vida que tengo en ti. He sufrido por los efectos de mi aborto. Pero hoy, creo que tú has comenzado a curarme. Permíteme experimentar tu amor y presencia. Señor, te alabo por lo que has hecho y seguirás haciendo en mi vida. Amado Jesús, tú eres mi esperanza.

Nota: Si te has realizado más de un aborto, toma el tiempo para presentar en oración todas las circunstancias de cada aborto. Puedes hacer esto a lo largo de varias sesiones de oración. Jesús anhela sanarte completamente de los efectos de cada uno de los abortos.

Reflexión seis

Jesús envía su Espíritu Santo

El Espíritu Santo quiere transformarme

Despedirse de un ser querido puede ser una experiencia dolorosa, especialmente si no sabemos cuándo los volveremos a ver o si los veremos de nuevo. Los discípulos de Jesús deben haberse sentido apesumbrados mientras caminaban con él hacia el monte donde ascendería al Padre. Sabiendo lo que estaban pensando, Jesús les hizo esta promesa: “Yo estaré con ustedes todos los días, hasta el fin del mundo” (Mateo 28, 20).

Acción

- Escucha a Jesús que te dice “yo estoy contigo siempre.”
- Si tienes algún recuerdo de alguien que te decepcionó, te mintió o no estuvo ahí para ti, especialmente por tu aborto, toma unos minutos para pedir a Jesús que te perdone por el enojo o resentimiento que aun sientes. Luego sigue los pasos de la reflexión anterior para sanar tus recuerdos. Jesús te sana.

Jesús envía su Espíritu Santo

Recuerda: Jesús siempre ha estado contigo. Y siempre estará contigo. Clama a él con confianza cuando te sientas sola.

Antes de su ascensión, Jesús le prometió a los discípulos que les enviaría al Espíritu Santo (ver Juan 14, 15-31). Sin saber qué esperar después de que Jesús regresó al cielo, los discípulos regresaron al aposento alto en Jerusalén y se encerraron pues tenían miedo de los jefes religiosos judíos. Ahí esperaron. Después de diez días, el Espíritu Santo descendió con un sonido estruendoso como de un fuerte viento y lenguas de fuego se posaron sobre sus cabezas. Todos quedaron llenos del Espíritu Santo (ver Hechos 2).

El Espíritu Santo, que te ha amado desde toda la eternidad, habita también en ti. “¿No saben ustedes que su cuerpo es templo del Espíritu Santo que Dios les ha dado, y que el Espíritu Santo vive en ustedes? Ustedes no son sus propios dueños, porque Dios los ha comprado. Por eso deben honrar a Dios en el cuerpo” (1 Corintios 6, 19-20).

Y ahora el Espíritu Santo quiere llenarte, como lo hizo con los discípulos de Jesús en el día de Pentecostés, con el fuego de su amor divino.

Desea tener una relación personal contigo, tan íntima como la que tienes con tu Padre celestial y con Jesús. “Cuando venga el Espíritu de la verdad, él los guiará a toda verdad; porque no hablará por su propia cuenta, sino que dirá

todo lo que oiga, y les hará saber las cosas que van a suceder. Él mostrará mi gloria, porque recibirá de lo que es mío y se lo dará a conocer a ustedes” (Juan 16, 13-14).

Ahora el Espíritu Santo quiere llenarte, como lo hizo con los discípulos de Jesús en el día de Pentecostés, con el fuego de su amor divino.

Acción

- Ahora reza con mucha expectativa: “Espíritu Santo, ven y bautízame con el fuego de tu amor.”
- No te apresures. Siéntate por unos cinco o diez minutos y permite que el Espíritu Santo te consuele como él decida hacerlo. Tal vez experimentes su presencia de forma especial. O puede ser por medio de una palabra o pensamiento que no nació de ti, o unas palabras de un versículo bíblico que vienen a tu mente. O quizá veas alguna imagen en tu mente. Lo que sea, será algo muy personal, solo para ti.
- Escribe en tu diario cómo fue ese tiempo de oración.

Llenarse con el Espíritu Santo transformó la forma de pensar y comportarse de los discípulos. ¿Recuerdas cómo Jesús pasó inmediatamente de ser un hombre temeroso que negó a Jesús en su arresto a ser un discípulo auto declarado?

El Espíritu Santo capacitó a los discípulos a enseñar con audacia y claridad sobre la vida, muerte y resurrección de Jesús; a sanar en el nombre de Jesús; a viajar incansablemente a países distantes y a sufrir la persecución e incluso la muerte por su amor por Jesús. Tú puedes leer sobre estos eventos en el libro de los Hechos de los Apóstoles.

El Espíritu Santo desea transformar también tu forma de pensar. Él quiere capacitarte para hacer cosas, tal vez relacionadas con tu aborto, que antes te parecían imposibles de realizar.

Permite que estas palabras de San Pablo te animen: “No vivan ya según los criterios del tiempo presente; al contrario, cambien su manera de pensar para que así cambien su manera de vivir y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que le es grato y lo que es perfecto” (Romanos 12, 2).

¿Cuáles son algunas áreas que el Espíritu Santo quiere transformar en ti? Tal vez piensas de ti misma que no puedes ser amada, que eres un error o que has decepcionado a otros. En ese caso, él querrá cambiar tu forma de pensar para que te veas a ti misma de la forma en que él te ve, como una hija amada de tu Padre celestial. También podría querer cambiar lo que piensas de otros que te han hecho daño, te han traicionado o te han decepcionado.

El Espíritu Santo quiere capacitarte para actuar. Tal vez él te inspire y te de valor para hablar sobre tu aborto.

Acción

- Medita en estas y otras áreas de tu vida. Luego reza: “Gracias, Espíritu Santo, por estar presente en mi vida. Ven ahora y transforma mi manera de pensar sobre (menciona las área) y dame la gracia para hacer (menciona las acciones).”
- Silencia tu mente y permanece en la presencia del Espíritu Santo. Espera recibir una palabra de ánimo o alguna idea sobre cómo realizar una acción en particular.
- En tu diario, anota lo que sucedió en tu tiempo junto al Espíritu Santo para que puedas repasarlo después.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

El Espíritu Santo es tan asombroso, su poder puede transformar algunas formas de pensar de inmediato. Sin embargo, otros patrones de pensamiento pueden requerir más tiempo para cambiar.

Así que continúa rezando. Recuerda estar atenta a las mentiras de Satanás, que desea que sigas sintiendo que no eres perdonada, ni amada, insegura o deprimida. Siempre trata de reemplazar estas mentiras con la verdad de la Escritura. Es en momentos como estos que los versículos bíblicos que estás memorizando son de mucha ayuda. La palabra de Dios es un arma esencial para todos los cristianos en la batalla de nuestra mente.

Y recuerda que tu Padre te ama incondicionalmente, en realidad, ¡está loco por ti!

También es bueno hablar de tus luchas con alguien más y pedir que recen contigo y por ti. Poner un área a la luz es otra forma de luchar contra las mentiras en tu mente. También hay un poder asombroso en el nombre de Jesús. Así que mantén

su nombre en tus labios. Y recuerda que tu Padre te ama incondicionalmente, en realidad, ¡está loco por ti! Dios es misericordioso y fiel, y con él, nada es imposible (ver Marcos 10, 27).

Un área en particular que el Espíritu Santo desea transformar son los pensamientos negativos que una mujer puede tener sobre el hijo que abortó. Muchas mujeres sienten temor al pensar dónde está el niño, lo que piensa de ella o si alguna vez llegarán a reunirse con su hijo. Estos son pensamientos normales. Pero la buena noticia es que si tienes estos temores, el Espíritu Santo quiere reemplazarlos con estas verdades:

Jesús envía su Espíritu Santo

- Tu hijo es un hijo amado de Dios.
- Tu hijo te ama, está rezando por ti y desea que tú te perdones y te ames a ti misma.
- Tu hijo te ha perdonado por haberlo abortado.

Acción

- Lee las siguientes verdades. Si es posible, dilas en voz alta para que puedas escucharte a ti misma. Coloca una marca al lado de aquella que te resulte difícil creer.
- Ahora pídele al Espíritu Santo que te recuerde, profundo en tu corazón, cualquier verdad que te haga dudar o pensar: “No estoy segura de esto.” Reza tu propia oración o di: “Espíritu Santo, ayúdame a creer que mi hijo (menciona la verdad)”. En tu diario, anota lo que le pediste a Dios. De esa forma, puedes repasarlo más adelante y darle gracias por tu nueva forma de pensar.

Aquí hay una idea más sobre tu hijo: ¿Por qué no le pones nombre? Recuerda: Tu esperanza es vivir con tu hijo en la presencia del Señor por toda la eternidad.

Un momento de conmemoración: Para algunas mujeres ha resultado consolador tener un Momento de Conmemoración en honor de su hijo. En un lugar significativo —un jardín silencioso, la playa, un paisaje o detrás de una hermosa cascada— expresa sus pensamientos y palabras de amor por su hijo y quizá lee un

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

poema, canta una canción o coloca unas flores. Estos son momentos preciosos e íntimos de una madre y su hijo.

Acción

- Piensa en el nombre que te gustaría para tu bebé. Puedes pensar por varios días o semanas. Incluso podrías conversar con una amiga de confianza sobre tus nombres preferidos.
- Dile a tu hijo: “¡Tu nombre es_____!”
- Disfruta de este tiempo de pensar en tu hijo. Recibe toda la sanidad interior que el Espíritu Santo está realizando en tu vida en este momento. Recuerda: el Espíritu Santo te ama y desea llenarte con su increíble poder transformador.

Repasa estas verdades

- Jesús prometió que él siempre está a mi lado.
- El Espíritu Santo puede capacitarme para hacer cosas que nunca pensé que podría hacer.
- El Espíritu Santo puede transformar los pensamientos que tengo sobre mi hijo.
- Con esperanza, confío a mi hijo al cuidado amoroso del

Seguimiento

- Haz un plan para aprender más sobre los discípulos de Jesús y otros primeros cristianos leyendo el libro de los **Hechos de los Apóstoles** en tu Biblia. Puedes leer un capítulo cada día.
- Para memorizar: “Yo estaré con ustedes todos los días, hasta el fin del mundo” (Mateo 28, 20).
- Para memorizar: “No vivan ya según los criterios del tiempo presente; al contrario, cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que le es grato, lo que es perfecto” (Romanos 12, 2).
- Para memorizar: “¿No saben ustedes que su cuerpo es templo del Espíritu Santo que Dios les ha dado, y que el Espíritu Santo vive en ustedes? Ustedes no son sus propios dueños porque Dios los ha comprado” (1 Corintios 6, 19-20).
- En tu diario, escribe una carta para tu hijo, comenzando con: “Querido ___” (inserta el nombre que has escogido). Muchas mujeres encuentran este ejercicio muy sanador.
- Ten un Momento de Conmemoración para honrar a tu hijo.

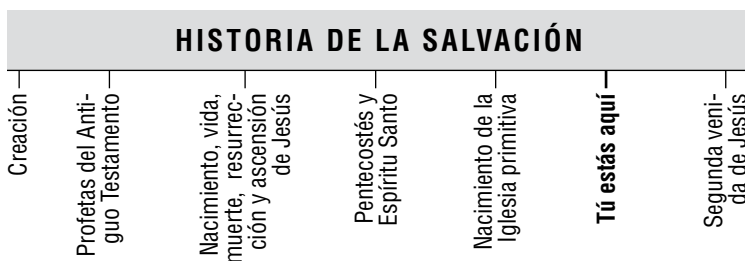
Reza

Espíritu Santo, gracias por estar a mi lado. Lléname con más de tu amor, paz, gozo e incluso risa. Por favor ven y renueva completamente la forma en la que pienso de mi hijo, de mi vida y de mi futuro. Cuando tenga un pensamiento negativo o Satanás aliamente una mentira, te pido que traigas a mi mente una verdad bíblica que yo pueda repetirme. Quiero comenzar a vivir mis días arraigada en las verdades de quién es mi Padre y quién soy yo como su hija amada.

Reflexión siete

La segunda venida de Jesús

Jesús me ofrece esperanza



¡Jesús vendrá otra vez! Muchas personas se preguntan cuándo sucederá esto, pero la verdad es que nadie sabe. Solo el Padre, que tiene un gran plan de salvación para todos sus amados hijos, sabe cuándo regresará su Hijo en gloria.

Sin embargo, nosotros podemos tener una idea de cómo será ese regreso de Jesús a la tierra por lo que dice el Apocalipsis:

Aquí está el lugar donde Dios vive con los hombres. Vivirá con ellos, y ellos serán sus pueblos, y Dios mismo estará con ellos como su Dios. Secará todas las lágrimas de ellos, y ya no habrá muerte, ni llanto, ni lamento, ni dolor; porque todo lo que antes existía ha dejado de existir. (Apocalipsis 21, 3-4)

¡Así que esperamos el día en que Jesús regresará en gloria!

La segunda venida de Jesús

Mira la línea del tiempo de la historia de la salvación y encuentra “Tú estás aquí”. Tú estás en algún lugar en el período entre la Iglesia primitiva y la segunda venida de Jesús. Ya sea que estés viva cuando Jesús regrese o no, la intención de tu Padre es que tú pases toda la eternidad con su amado Hijo Jesús. Porque la Iglesia, creada para los cristianos, es la esposa de Jesús.

Porque ha llegado el momento de las bodas del Cordero. Su esposa se preparó: se le ha permitido vestirse de lino fino, limpio y brillante. (Apocalipsis 19, 7-8)

Y mientras esperamos que Jesús regrese, nuestro Padre nos concede el privilegio de continuar con la misión de Jesús de traer su Reino a la tierra. ¡Qué gran llamado! ¿Cómo hacemos esto? Escuchando al Espíritu Santo y haciendo lo que él nos pide para llevar el amor de Jesús a otros por medio de nuestras palabras y acciones.

Si estás pensando en este momento: “Ese llamado es imposible para mí porque tuve un aborto”, no permitas que esa idea vaya más lejos. Es una mentira. Dios puede usar a aquellos que han entregado su vida a Jesús para proclamar su mensaje de amor y misericordia. Lo que San Pablo dijo de sí mismo también es verdad para ti:

Con Cristo he sido crucificado y ya no soy yo quien vive, sino que es Cristo quien vive en mí. Y la vida que ahora vivo en el cuerpo, la vivo por mi fe en el Hijo de Dios, que me amó y se entregó a la muerte por mí. (Gálatas 2, 20)

Así que llénate de esperanza. Piensa en el momento en que decidiste pedir perdón a Jesús por tus pecados y lo invitaste a tu vida.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Ya sea que fuera la primera vez o que te volviste a comprometer con él, ¡estos son momentos llenos de bendición! Piensa en ellos en este momento.

Acción

- ¿Qué ha sucedido desde que le pediste a Jesús que viniera a tu vida o desde que le entregaste tu vida nuevamente?
- ¿Qué te gustaría que suceda en tu vida? Anota tus ideas y sentimientos en tu diario.

La historia de los hijos de Dios incluye relatos de muchas personas que, a través de la ayuda del Espíritu Santo, se alejaron del pecado y luego ayudaron a edificar el Reino de Dios en la tierra. Por ejemplo, el rey David, que cometió adulterio y asesinato. Él escribió los salmos, incluyendo el Salmo 51 en arrepentimiento. También está Pedro, que negó conocer a Jesús tres veces. Jesús lo nombró la “piedra”, y él se convirtió en el primer jefe de la Iglesia de Jesús (ver Marcos 14, 66-72 y Mateo 16, 18). Y por supuesto, está Pablo, que persiguió a los seguidores de Jesús hasta que Jesús mismo se le apareció en el camino a Damasco (ver Hechos 9, 1-22). Él se convirtió en un gran apóstol, que incansablemente predicó la buena noticia de Jesús a lo largo del mundo antiguo.

Acción

- Dedicar algo de tiempo a leer sobre estas personas en tu Biblia. Sus relatos te llenarán con la esperanza de lo que el poder del Es-

píritu Santo puede hacer en una persona que acepta a Dios.

- Pero no te detengas ahí, ¡la lista sigue hasta la actualidad! ¿A qué mujeres conoces personalmente o es escuchado que han experimentado una conversión personal a Jesús? ¿Cuáles son sus fortalezas y talentos? ¿Cómo están usando los dones que Dios les ha dado para edificar el Reino de Dios?
- Podrías consultar a otras mujeres para que te den sugerencias.

Santa Teresa de Calcuta, una monja que fundó hogares por todo el mundo para los pobres y moribundos, a menudo decía: “Haz algo hermoso para Dios.” Esa invitación también es para ti.

Es posible que tú hagas “algo hermoso para Dios.” Puedes comenzar hoy. ¿Qué crees que podrías hacer? ¿Puedes hablar con alguien que se siente solo? ¿O podrías dar una palabra de ánimo, una sonrisa o una promesa de oración a alguien que haya tenido un día difícil? No tiene que ser algo grande, pero puedes hacerlo con mucho amor.

No permitas que nada, incluyendo tu aborto, sentimientos de indignidad o falta de confianza, te impida hacer algo hermoso para Dios. Mantente alerta a los dardos encendidos de Satanás, que no quiere que tú hagas nada bueno por otro hijo de Dios. Para combatir a Satanás, puedes gritar desde las azoteas: “¡Yo soy la hija amada de mi Padre!”

Acción

- Piensa en algunas de las cosas que eres buena haciendo. ¿Cómo estás usando estos dones? ¿Cómo podrías usarlos?
- ¡Ahora piensa en grande! ¿Qué cosa hermosa te gustaría hacer para Dios?
- Comparte tus ideas con una amiga.
- Lee 1 Corintios 12. ¿Cuáles dones espirituales te gustaría recibir del Espíritu Santo? Reza: “Espíritu Santo, te pido que me concedas el don de (menciónalo).”
- • Anota en tu diario algunas de tus ideas y decisiones que has tomado.

Recuerda: Dios que ha iniciado en ti su buena obra, la llevará a buen término (ver Filipenses 1, 6). Y la irás viendo conforme comienzas a cooperar más y más con el Espíritu Santo a lo largo del día. Al igual que muchas otras áreas, es un proceso, así que vívelo un día a la vez.

¿Cómo puedes comenzar a cooperar con el Espíritu Santo y vivir para Jesús? La respuesta es rezar cada día. Dedicar tiempo para estar con el Padre, con Jesús y con el Espíritu Santo transformará tu vida.

Y cada mañana, e incluso antes de salir de la cama, reza: “Buenos días, Espíritu Santo. Por favor quédate conmigo durante este día en todo lo que haga, piense y diga. Hoy quiero agradecer a Jesús y a mi Padre.”

¡Jesús es nuestro mejor ejemplo de alguien que amaba rezar! Jesús se alejaba en la mañana para tener una conversación con

su Padre (ver Mateo 14, 23). Luego, renovado en la fuerza del Espíritu Santo y conociendo la voluntad del Padre, Jesús tenía el poder de satisfacer las necesidades de todos aquellos que acudieran a él.

Es una gran bendición poder caminar y hablar con Dios durante el día. Pero tristemente, muchos no saben que esta puede ser una realidad para ellos. Más bien, viven sus días sin esperanza. No saben que Dios los ama. No pueden dejar de cometer algunos pecados porque no son conscientes de que han recibido el poder para vivir una vida nueva por medio de la muerte y la resurrección de Jesús.

Y aquí es donde tienes un papel esencial que desempeñar. Jesús desea que les hables de la verdad. El Señor anhela que ellos experimenten el amor, la alegría y la paz que ahora están fluyendo a través de ti.

Cada día al caminar en el amor de Dios, pídele que te dé oportunidades para hablar de algunas de las verdades de las que has leído en este librito, y tal vez sobre tu aborto. También habla de lo que tu Padre amoroso ha hecho por ti. A través de ti, ellos pueden experimentar el perdón, la sanidad y la esperanza. ¿No sería eso asombroso? Pide especialmente que el Espíritu Santo acerque a ti otras mujeres que se han practicado abortos. Tú podrías ser la respuesta a la oración de alguien más.

Repasa estas verdades

- Jesús vendrá de nuevo. Mientras lo esperamos, podemos edificar el Reino de Dios en la tierra.
- Por el poder del Espíritu Santo, puedo vivir cada día para Jesús. Tener un tiempo de oración diariamente es vitalmente importante.

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

- Hablar con otras mujeres de lo que Dios ha hecho en mi vida puede ayudarlas a encontrar perdón, sanación y esperanza.

Seguimiento

- Decide cuál es el mejor momento del día para tener un tiempo de oración y leer el devocional diario de *La Palabra Entre Nosotros*, tal vez temprano en la mañana o durante el almuerzo. Comparte tu decisión con otra persona.
- Para memorizar: “Con Cristo he sido crucificado, y ya no soy yo quien vive, sino que es Cristo quien vive en mí. Y la vida que ahora vivo en el cuerpo, la vivo por mi fe en el Hijo de Dios, que me amó y se entregó a la muerte por mí” (Gálatas 2, 19-20).
- Anota en tu diario lo que te ha mostrado el Espíritu Santo hoy a través de esta reflexión. También, escribe cualquier resolución que hayas hecho para avanzar en tu camino de fe.

Reza

Señor Jesús, gracias por la sanación que me has dado en mi vida, especialmente cuando he estado rezando con estas reflexiones. Te pido que me llenes con más de tu Espíritu Santo para que yo pueda proclamar la verdad de tu amor a otras mujeres, incluyendo aquellas que han tenido abortos. Remueve cualquier barrera que me detenga. Hazme audaz y valiente pero también sensible y compasiva. Y Señor, por favor, ayúdame a nunca olvidar que tú estás siempre a mi lado y que nunca dejarás de amarme. Padre, amo ser tu hija. ¡Gracias por tu amor incondicional!

Comienza tu apoyo aquí

Apoyo después del aborto
844-289-HOPE (4673)
www.supportafterabortion.com

Proyecto Ministerio Raquel
888-456-HOPE (4673)
www.hopeafterabortion.org

Esperanza Posaborto:
888-456-HOPE (4673)
www.esperanzaposaborto.org

Ministerios La Viña de Raquel
877-HOPE-4-ME
www.rachelsvineyard.org

Lumina/Esperanza y sanidad después del aborto
1-877-586-4621
www.postabortionhelp.org

El aborto te cambia
www.abortionchangesyou.com

AbAnon
www.AbAnon.org

Proyecto José
469-720-2273 (CARE)
www.healing@projectjosephdallas.org

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

Salva a uno

615-347-8800

www.info@saveone.org

Revela el secreto

www.surrenderingthesecret.com

Más profundo aún

865-524-3313

www.godeeperstill.org

La Palabra Entre Nosotros

800-775-9673

www.wau.org

Agencias nacionales

Línea Nacional de Prevención del Suicidio

www.suicidepreventionlifeline.org

Alcohólicos Anónimos (AA)

212-870-3400

www.aa.org

Narcóticos Anónimos (AN)

818-773-9999

www.na.org

Línea Nacional contra la violencia doméstica

800-799-7233

www.thehotline.org

Comienza tu apoyo aquí

Línea Nacional contra el tráfico humano

888-373-7888

Text 233733

www.humantraffickinghotline.org

Codependientes Anónimos

888-444-2359

www.coda.org

RAINN: Red Nacional contra la violación, el abuso e incesto

800-656-4673

www.rainn.org

Alianza nacional de salud mental

800-950-6264

www.nami.org

Red de recursos para el duelo

828-726-9554

www.griefsourcenetwerk.com

Dolientes Anónimos

www.griefanonymous.com

Línea Americana de ayuda para el embarazo y las pérdidas

866-942-6466

Línea de crisis

Text 741741

www.crisistextline.org

Hay perdón, sanación y esperanza después del aborto

Si has estado involucrada en un aborto, tú no estás sola. En estas páginas, podrás redescubrir tu identidad como hija amada de Dios, y recibirás las llaves para encontrar la libertad de las experiencias y emociones que has vivido. Hoy puedes dar el primer paso para experimentar el perdón, la sanación y la esperanza de Dios.

Una variedad de maravillosas agencias de apoyo ofrecen ayuda y recursos individuales, grupales y en línea. Si deseas hablar con alguien en este momento, por favor contacta a:

APOYO DESPUÉS DEL ABORTO

844-289-HOPE (4673) www.supportafterabortion.com

MINISTERIO PROYECTO RAQUEL

888-456-HOPE (4673) www.hopeafterabortion.org

Esperanza Posaborto (Español)

888-456-HOPE (4673) www.esperanzaposaborto.org

Si deseas copias de este librito o de la edición no religiosa, por favor visita Compañeros de La Palabra Entre Nosotros en el sitio web www.waupartners.org o llama al 1-888-633-1084.

the **WORD**
among us®
Partners

The Word Among Us Partners
1-888-633-1084 (Toll-Free)
www.waupartners.org

\$5.99

ISBN 978-1-59325-808-5



9 781593 258085