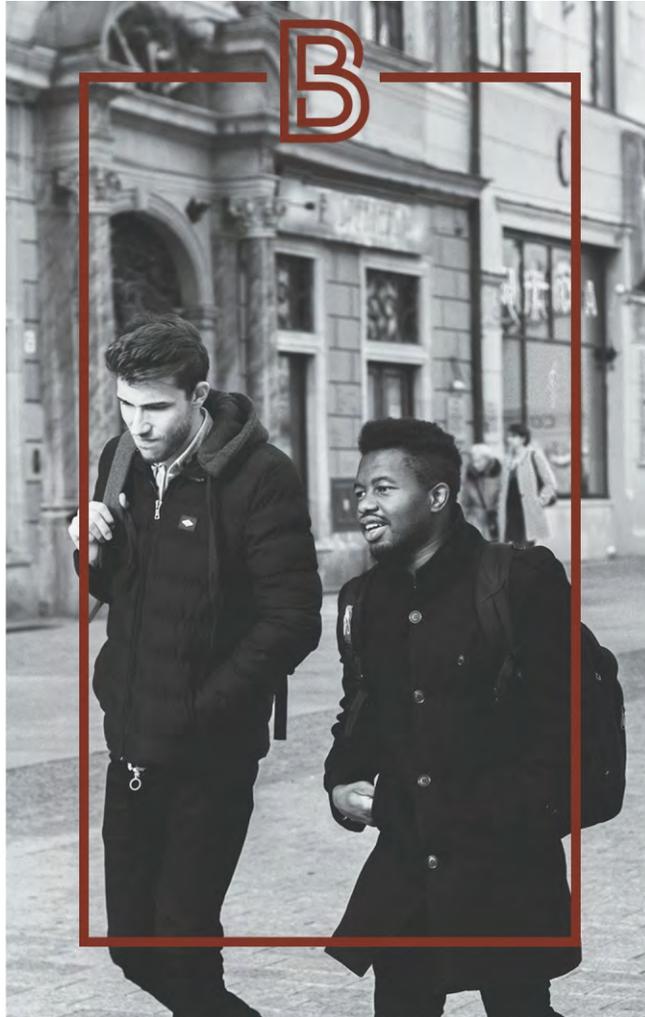


SESIÓN TRES



DESEMPACANDO



1 Un Resumen de Nuestra Jornada Mejor Hombre

A. Entendiendo el presente. (Sesión 1)

- Revisando los tiempos en los que vivimos como hombres.

B. Visualizar el futuro. (Sesiones 5-10)

- Definir una hombría vivificante y ofreciendo instrucciones específicas y prácticas para como vivir en el siglo 21.

C. Abordando el pasado. (Sesiones 2-4)

- Abordar partes de nuestro pasado puede ser difícil e incluso abrumador para algunos hombres.
- Sin embargo, abordar el pasado es esencial para construir una hombría mejor y mas estable . ¡Así que no le des la espalda a este desafío!

2 Dos Pasos de Acción Para Abordar el Pasado

A. Mirando hacia atrás: _____ nuestro pasado.

- Tomando el tiempo para contar nuestras historias el uno al otro. (Esperemos que lo hayan hecho en el grupo de mesa la semana pasada.)
- "Conectando los puntos" entre el pasado y el presente.
- Tener mejor sentido del por que somos como somos.

B. Desempacando: _____ nuestros puntos problemáticos.

- Debemos buscar intencionalmente puntos problemáticos de nuestro pasado que están "vivos" y activos en nuestras vidas hoy.

“Punto Problemático” = cualquier problema _____ del pasado donde la falta de conclusión afecta negativamente y da forma a la dirección y las dinámicas de la vida de un hombre ahora.

- Debemos entrar con valentía en cualquier punto problemático que encontremos y tratar de resolverlo. En algunos casos, se requiere el consejo y el apoyo de otros.

3

Puntos Problemáticos Comunes que Debilitan Nuestra Hombría

A. La herida _____.

- Es imposible exagerar el impacto de papá en la vida de un hijo.
- Sea como haya sido tú padre en tú vida, debes saber esto: cuando creciste y te fuisteis de casa, no dejaste a tu papá atrás. El se fue contigo en la forma de sentimientos e impresiones que ahora llevas dentro de ti.
- La gran parte del dolor en la vida de los hombres hoy en día provienen del _____.



Papá me dio un nombre, luego se fue. Nunca estaré seguro, nunca estaré sano, siempre seré raro por dentro, siempre seré aburrido. Papá me dio un nombre, luego se fue. Papá me dio un nombre, luego se fue.¹

"Father of Mine" by Everclear

- Los padres ausentes a menudo traen otros problemas: demasiado _____. Esto puede llevar a los hijos ser demasiado dependientes de las mujeres o ser excesivamente dominante hacia las mujeres más adelante en la vida.

B. La falta de una _____ clara de hombría.

- La hombría no es algo que ya deberías "solo saber".
- La hombría no es algo que "simplemente sucede".
- La hombría real es _____. Es un estilo de vida que se aprende. Lo ves modelado por los hombres; se oye hablar entre los hombres; y recibes habilidades de los hombres para practicarla y aplicarla. Si te has perdido esta instrucción o partes de ella, esto se convierte en un punto problemático que te detendrá como hombre.

C. _____ sin procesar.

- A través de una tragedia o abuso, la vida se pone al revés. Ya no es segura, ni favorable, ni justa.
- "¿Por qué yo? ¿Y donde está Dios? ¿En serio?"

El trauma reproduce dentro del hombre el cinismo religioso, sentimientos oscuros de inseguridad, desconfianza, ansiedad, soledad y más.

- Los sentimientos negativos continuos de trauma generalmente necesitan la ayuda de otros para resolverse.

3 (Continúa...)

D. Hábitos _____.

- Los tres grandes: _____, _____, _____.
- Este problema a menudo comienza temprano en la vida y luego se queda hasta tarde.

El 90% de los adultos adictos comenzaron a usar sustancias adictivas antes de los 18 años.

“**Como ciudad derribada y sin muro es el hombre cuyo espíritu no tiene rienda. Proverbios 25:28**

- Este problema viene con la gran mentira, “Yo puedo arreglarlo.” Y luego se convierte en una bomba de tiempo.

E. El no tener _____ cercanos.

- El aislamiento en los mejores casos, no es saludable y en los peores, hasta mortal.
- La hombría real es un deporte en equipo.

“**Más valen dos que uno solo, pues tienen mejor remuneración por su trabajo. Porque si uno de ellos cae, el otro levantará a su compañero; pero ¡ay del que cae cuando no hay otro que lo levante! Eclesiastés 4:9-10**

- Todo hombre necesita por lo menos un amigo cercano.

“**Hay amigo más unido que un hermano. Proverbios 18:24**

F. _____ estancado.

- “¿Por que un Dios amoroso dejaría suceder esto?”
- “Estos 'creyentes' me traicionaron.”
- “Confíé en Dios y no funciono.”
- “Mis padres solo pretenden ser espirituales.”
- “Lucho con dudas sobre Dios.”
- “Mi iglesia fue una experiencia terrible.”



4

Como Abordar Los Puntos Problemáticos

A. _____.

B. _____.

“ En la abundancia de consejeros
está la victoria. **Proverbios 11:14**

“ El que anda con sabios será
sabio. **Proverbios 13:20**

“ Por tanto, confesaos vuestros pecados unos a otros, y orad unos por otros
para que seáis sanados. **Santiago 5:16**

Si eres abierto y transparente con los demás, tienes la oportunidad de ser la mejor versión de tí mismo.

C. _____.

- Prepara un plan en el cual tus familiares y/o amigos de confianza estén dispuestos a apoyarte.
- Toma acción. Enfrenta con valentía tus puntos problemáticos según tu plan. Pídale a Dios que te ayude.

“ Dios es nuestro refugio y fortaleza, nuestro pronto auxilio en las
tribulaciones. **Salmos 46:1**

- Rehusa huir de lo que es difícil.

“ Si no puedes superar lo difícil, nunca tendrás grandes victorias en tu
vida.² **Entrenador Nick Saban**

Preguntas En La Mesa de Discusión

1. En la parte de abajo, califique su vida en cada uno de los seis puntos problemáticos de la hombría marcando el círculo correspondiente al lado de cada uno. Luego, cuente la historia detrás de cada uno de los puntos problemáticos que calificó para su vida como "Significante".
2. ¿Qué lugar problemático ha tenido MÁS impacto en su hombría? ¿De qué maneras específicas se ha manifestado este punto problemático en su vida y ha obstaculizado su camino hacia la hombría?

Puntos Problematicos

Cuánto Efecto

La Herida de Papá	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante
La Falta de Una Visión Clara de Hombría	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante
Trauma Sin Procesar	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante
Hábitos Adictivos	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante
El No Tener Amigos Cercanos	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante
Espiritualmente Estancado	<input type="radio"/> Poco	<input type="radio"/> Algo	<input type="radio"/> Significante

3. Si has tenido éxito al tratar con un punto problemático, comparte cómo tu grupo como lograste este éxito. ¿Qué fue lo que hiciste para progresar en este punto problemático, aceptarlo u obtener la victoria sobre él? Explica.



Tu Pregunta "Mejor Hombre"



Antes de nuestra próxima sesión, toma un momento esta semana para reflexionar sobre tus notas, y luego responde a la siguiente pregunta. ¿Qué posible plan de acción podría tomar de esta sesión que pueda hacerme un mejor hombre? Escribe tu respuesta en el espacio de abajo.
