



Adicción: Busca Ayuda, No Dejes Que La Vergüenza Te Intimide
por MaryAnn Gardner

- ¿Luchas contra una adicción como la descrita por MaryAnn?
- ¿Conoces a alguien que luche contra una adicción?
- ¿Qué piensas de la palabra "vergüenza"? ¿La has sentido alguna vez, en tu infancia o ahora?

Preguntas adicionales:

- ¿Alguna vez has buscado ayuda y has tenido miedo de lo que la gente pensara de ti?
- ¿Puedes practicar la bondad y la compasión hacia ti mismo?

Acércate a Dios:

Dios te ama y quiere lo mejor para ti. ¿Podrías confiar en Él para que te guíe hacia el siguiente paso?

Reza por ti y por los demás con compasión y comprensión. Dios quiere que tengas amor y que lo compartas comprendiendo y amando al prójimo incluso cuando nosotros, o ellos, cometemos errores. Tu salud y la de tu familia lo valen todo.