



Hay personas que nos hacen sufrir. Sabiéndolo o no, queriéndolo o no, pero nos hacen pasar malos ratos. Nos duelen sus palabras hirientes, sus actitudes humillantes, sus tratos despóticos, su falta de responsabilidad, sus infidelidades, sus prontos temperamentales, sus olvidos y negligencias...

Ante personas así podemos reaccionar siendo con ellos de la misma manera que son ellos con nosotros: "para que se enteren", "para que vean lo que se siente". O bien podemos enfrentarlos, decirles sus verdades y ponerles un alto. O incluso evadir el problema ignorándolo y dejándolo a su suerte. Pero sabemos que estos recursos pocas veces funcionan.

Sin embargo, podemos también buscar el momento y las palabras más adecuadas para hacerle ver lo que está sucediendo. Podemos poner amor: "Donde no hay amor, pon amor y encontrarás amor" (San Juan de la Cruz). Y por fin, orar por ellos.

Orar por una persona querida es fácil, pero orar por una persona que te hace daño es difícil. Apenas lo traes a la memoria en la oración y se te retuerce el estómago. Y si llegas a formular una oración, lo más probable es que ésta sea para pedirle a Dios que lo parta un rayo, que le dé una buena lección o que lo cree de nuevo. Aún si te salen estos sentimientos, intenta de nuevo. Verás que la oración irá ablandando tu corazón, pues en la oración se hace presente el Espíritu de Dios que es amor, y Él, el Amor en persona, irá renovando tu corazón. Y te dirás: "pero de lo que se trataba era de que el otro cambiara". Sí, pero al orar por quien te hace sufrir te darás cuenta de que el primero que comienza a cambiar eres tú mismo.

Al rezar por quienes te hacen sufrir:

- Te das la oportunidad de desahogarte y de hacerlo con quien es todopoderoso y puede remediar las cosas. Desahogarse con Dios sana y libera. Poner en manos de Dios aquello que no puedes controlar ni remediar es de personas sensatas.
- Dios te hace ver que el rencor, la venganza, la falta de perdón, el resentimiento, el odio, no son virtudes cristianas, y que más bien debes aprender a ser como es Dios con nosotros: rico en misericordia, dispuesto a perdonarme siempre (aunque

no lo merezca), tolerante, paciente, compasivo. “Perdónales, Padre, porque no saben lo que hacen” (Lc 23, 34) “Hoy estarás conmigo en el Paraíso”. (Lc 23, 43)

- Rezas con coherencia y sinceridad el padrenuestro y le das a tu Padre celestial excusa suficiente para perdonarte. “Perdónanos nuestras ofensas como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden”.

- El Espíritu Santo comienza a modelar tu corazón conforme al Suyo. Verás que todo ese rencor que llevas dentro es veneno que intoxica, vinagre que amarga la vida, y que a medida que te purificas de él y lo suples con la miel de la caridad cristiana, la vida se te hace mucho más llevadera. Ya bastante mal te lo pasas con el sufrimiento que el otro te impone como para que lo amplifiques con el reflujo de tu propia amargura.

- Y no te quede la menor duda de que si rezas con fe y caridad por quienes te hacen sufrir, Dios actuará. No esperes resultados inmediatos, simplemente espera con absoluta confianza en que Dios obrará en el momento y de la manera que considere oportunas.

Tal vez te pueda servir esta oración de intercesión y sanación del P. Emiliano Tardif:

Padre de bondad, Padre de amor, te bendigo, te alabo y te doy gracias porque por amor nos diste a Jesús.

Gracias Padre porque a la luz de tu Espíritu comprendemos que él es la luz, la verdad y el buen pastor, que ha venido para que tengamos vida y la tengamos en abundancia.

Hoy, Padre, quiero presentarte a este hijo(a). Tú lo(a) conoces por su nombre. Te lo(a) presento, Señor, para que Tú pongas tus ojos de Padre amoroso en su vida.

*Tú conoces su corazón y conoces las heridas de su historia.
Tú conoces todo lo que él ha querido hacer y no ha hecho.
Conoces también lo que hizo o le hicieron lastimándolo.
Tú conoces sus limitaciones, errores y su pecado.*

*Conoces los traumas y complejos de su vida.
Hoy, Padre, te pedimos que por el amor que le tienes a tu Hijo, Jesucristo, derrames tu Santo Espíritu sobre este hermano(a) para que el calor de tu amor sanador, penetre en lo más íntimo de su corazón.*

*Tú que sanas los corazones destrozados y vendas las heridas, sana a este hermano, Padre.
Entra en ese corazón, Señor Jesús, como entraste en aquella casa donde estaban tus discípulos llenos de miedo. Tú te apareciste en medio de ellos y les dijiste: "paz*

a vosotros". Entra en este corazón y dale tu paz. Llénalo de amor.

Sabemos que el amor echa fuera el temor.

Pasa por su vida y sana su corazón.

Sabemos, Señor, que Tú lo haces siempre que te lo pedimos, y te lo estamos pidiendo con María, nuestra madre, la que estaba en las bodas de Caná cuando no había vino y Tú respondiste a su deseo, transformando el agua en vino.

Cambia su corazón y dale un corazón generoso, un corazón afable, un corazón bondadoso, dale un corazón nuevo.

Haz brotar, Señor, en este hermano(a) los frutos de tu presencia. Dale el fruto de tu Espíritu que es el amor, la paz y la alegría. Haz que venga sobre él el Espíritu de las bienaventuranzas, para que él pueda saborear y buscar a Dios cada día viviendo sin complejos ni traumas junto a su esposo(a), junto a su familia, junto a sus hermanos.

Te doy gracias, Padre, por lo que estás haciendo hoy en su vida.

Te damos gracias de todo corazón porque Tú nos sanas, porque tu nos liberas, porque Tú rompes las cadenas y nos das la libertad.

Gracias, Señor, porque somos templos de tu Espíritu y ese templo no se puede destruir porque es la Casa de Dios. Te damos gracias, Señor, por la fe. Gracias por el amor que has puesto en nuestros corazones.

¡Qué grande eres Señor!

Bendito y alabado seas, Señor

Recomendamos:

[¿Qué hace Dios cuando calla?](#) Nos hace falta un espacio interior de soledad y silencio para escuchar a Dios.

[Hoy di: ¡Gracias, Padre!](#) Gracias por el don de la existencia. Gracias por haberme hecho a tu imagen y semejanza. Gracias por el don gratuito de tu amor.

[¿De qué sirve rezar? ¿De qué sirve hacer un regalo a Dios?](#) El amor de Dios a nosotros es una continua invitación a que nosotros le tratemos a Él con la misma generosidad con que Él nos trata.

Para escribir tus comentarios entra a [¿Cómo orar cuando alguien te hace sufrir?](#)

Esperamos tus comentarios, participa. Comparte tu sed y tu experiencia de Dios con apertura y humildad, para ayudarnos entre todos en un clima

de amistad.

Si te gusta nuestro material, [suscríbete](#) y entérate de nuestras novedades