

# Taller de Sanación Interior:

## “Perdonar es Divino.”



***Sanación, Perdón  
y Misericordia.***

---

*Veamos algunas enseñanzas del Pbr. Robert Degrandis;  
en su Libro Perdonar es Divino.*

## Charla (D):

### *El Perdón a Dios, al prójimo y a sí mismo.*

#### **1 de Juan Capítulo 4: Dios es amor**

Amados, amémonos unos a otros, porque el amor es de Dios. Todo aquel que ama es nacido de Dios y conoce a Dios. El que no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es amor. En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros: en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo para que vivamos por él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que ÉL nos amó a nosotros y envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados.

Amados, si Dios así nos ha amado, también debemos amarnos unos a otros. Nadie ha visto jamás a Dios. Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros y su amor se ha perfeccionado en nosotros. En esto conocemos que permanecemos en ÉL y ÉL en nosotros, en que nos ha dado de su Espíritu. Y nosotros hemos visto y testificamos que el Padre ha enviado al Hijo, el Salvador del mundo. Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él y él en Dios. Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor, y el que permanece en amor permanece en Dios y Dios en él.

En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor, porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor.

Nosotros lo amamos a ÉL porque ÉL nos amó primero. Si alguno dice: «Yo amo a Dios», pero odia a su hermano, es mentiroso, pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto? Y nosotros tenemos este mandamiento de ÉL: *«El que ama a Dios, ame también a su hermano».* **Palabras de Dios.**

Veremos algunas enseñanzas del Pdo. Rafael De Guzmán; en su Libro Prácticas de Oración.

# PERDONAR ES DIVINO



*Padre Robert Degrandis, S.S.J.*

*Enseñanzas tomadas del Libro:*

## ***“Perdonar es Divino”***

*Resumen preparado para uso práctico  
en retiros y talleres.*

*(Se recomienda la lectura completa del libro)*

## Introducción

Cuando usted no perdona está bloqueando la corriente del Espíritu; cierra la puerta y voluntariamente permanece en la oscuridad y no penetra en la luz.

Cuando empezamos a trabajar profundamente en las áreas del perdón, vemos que todo el mundo básicamente necesita y quiere amor.

Cuando nos sentimos abiertos, cuando sentimos amor, aceptación, confianza, estamos abiertos a las personas.

Cuando esas aperturas regresan a nosotros con negativismo o rechazo, nos cerramos y empezamos a fabricar una pared alrededor de nuestro corazón y nos convertimos en cristianos de exterior duro.

Nuestro corazón se pone escamoso con la amargura, el resentimiento y la falta de perdón, bloqueando con ello la corriente del amor del Señor en nuestros corazones y en nuestras vidas.

Muchas veces se descubre, que al iniciar la oración de sanación por medio del perdón, cuando la persona perdona desaparece el dolor y muchas veces inclusive enfermedades físicas.

Según extendemos el perdón para nosotros mismos y para otros, estamos removiendo las paredes que han sido fabricadas alrededor de nuestros corazones, a través de la falta de perdón, amargura y resentimiento.

Por lo tanto, el Espíritu se puede mover más libremente dentro de nosotros y en nosotros, permitiéndonos ser canales abiertos para que corra por nosotros el amor del Señor, permitiéndonos ser personas más amorosas y alcanzar todo con más amor, permitiéndonos amarnos más profundamente a nosotros mismos y a los demás.

**Amar es realmente estar dispuestos a decir "yo perdono" tan frecuentemente como sea necesario.**

### **Citas Bíblicas:**

**1 Corintios 13:** Si yo hablara lenguas humanas y angélicas, y no tengo amor, vengo a ser como metal que resuena o címbalo que retiñe. Y si tuviera profecía, y entendiera todos los misterios y todo conocimiento, y si tuviera toda la fe, de tal manera que trasladara los montes, y no tengo amor, nada soy. Y si repartiera todos mis bienes para dar de comer a los pobres, y si entregara mi cuerpo para ser quemado, y no tengo amor, de nada me sirve.

El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia; el amor no es jactancioso, no se envanece, no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, sino que se goza de la verdad.

Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser; pero las profecías se acabarán, cesarán las lenguas y el conocimiento se acabará. En parte conocemos y en parte profetizamos; pero cuando venga lo perfecto, entonces lo que es en parte se acabará.

Cuando yo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, juzgaba como niño; pero cuando ya fui hombre, dejé lo que era de niño. Ahora vemos por espejo, oscuramente; pero entonces veremos cara a cara. Ahora conozco en parte, pero entonces conoceré como fui conocido. Ahora permanecen la fe, la esperanza y el amor, estos tres; pero el mayor de ellos es el amor.

**Palabra de Dios.**

**I Juan 2:** Hijitos míos, estas cosas os escribo para que no pequéis. Pero si alguno ha pecado, abogado tenemos para con el Padre, a Jesucristo, el justo. ÉL es la propiciación por nuestros pecados, y no solamente por los nuestros, sino también por los de todo el mundo.

En esto sabemos que nosotros lo conocemos, si guardamos sus mandamientos. Él que dice: «Yo lo conozco», pero no guarda sus mandamientos, el tal es mentiroso y la verdad no está en él. Pero el que guarda su palabra, en ese verdaderamente el amor de Dios se ha perfeccionado; por esto sabemos que estamos en él. El que dice que permanece en ÉL, debe andar como ÉL anduvo.

### **El nuevo mandamiento:**

Hermanos, no os escribo un mandamiento nuevo, sino el mandamiento antiguo que habéis tenido desde el principio. Este mandamiento antiguo es la palabra que habéis oído desde el principio. Y, sin embargo, os escribo un mandamiento nuevo, que es verdadero en él y en vosotros, porque las tinieblas van pasando y la luz verdadera ya alumbrá.

El que dice que está en la luz y odia a su hermano, está todavía en tinieblas. El que ama a su hermano, permanece en la luz y en él no hay tropiezo. Pero el que odia a su hermano está en tinieblas y anda en tinieblas, y no sabe a dónde va, porque las tinieblas le han cegado los ojos.

Os escribo a vosotros, hijitos, porque vuestros pecados os han sido perdonados por su Nombre. Os escribo a vosotros, padres, porque conocéis al que es desde el principio. Os escribo a vosotros, jóvenes, porque habéis vencido al maligno. Os escribo a vosotros, hijitos, porque habéis conocido al Padre.

No améis al mundo ni las cosas que están en el mundo. Si alguno ama al mundo» el amor del Padre no está en él, porque nada de lo que hay en el mundo - los deseos de la carne, los deseos de los ojos y la vanagloria de la vida - proviene del Padre, sino del mundo. Y el mundo pasa, y sus deseos, pero el que hace la voluntad de Dios permanece para siempre.

**Palabra de Dios.**

## **Reflexiones Iniciales:**

*Cuando se define el amor me gusta usar la definición del amor que Santo Tomás nos da. "Amor es querer lo mejor para una persona y hacer lo que razonablemente se pueda para traerle bondad y cosas buenas a esa persona".*

*De esta forma el amor enfoca a la otra persona y no a usted. Haciendo lo que es mejor para la otra persona, no para usted, y no necesariamente haciendo lo que ella o él quiere.*



***Perdonar es extender aceptación a una persona que ha roto un vínculo.***

*Donde hay oscuridad hay falta de perdón. Cuando usted reemplaza esa falta de perdón con amor y aceptación, usted reemplaza la oscuridad con la luz de Cristo, con el perdón de Cristo.*

**Veamos 10 Mandamientos de perdón que nos pueden ayudar a facilitar la práctica del perdón:**

### ***1. Ámense unos a otros.***

El primer mandamiento del perdón es amarse unos a otros, amarse quiere decir perdonarse y aceptarse unos a otros.

Esta idea de amor y perdón es un proceso de crecimiento; mientras más amamos, más podemos perdonar y aceptar a las personas y por lo tanto más podemos aceptarnos y perdonarnos nosotros(a)s mismo(a)s.

Amor quiere decir que queremos perdonar a las personas e instituciones que nos han herido en alguna forma.



***"Ama a tu prójimo como a ti mismo".***

## ***2. Usted debe perdonar si quiere que le perdonen.***

Nosotros recibimos mucho del Señor, todo se nos ha dado en Cristo Jesús; hemos sido perdonados por Él, en Él y para Él y a pesar de eso somos exigentes y persistentes, nos es difícil perdonarnos unos a otros.

Si queremos que el Señor nos perdone debemos desear perdonar. Si no perdonamos, estamos en las tinieblas y entonces el Espíritu Santo no puede entrar en nuestros corazones porque estamos diciendo que no queremos luz, que queremos seguir en las tinieblas.



***"Así hará mi Padre Celestial con ustedes, si no perdonan de corazón a sus hermanos."***

### ***3. Deben orar por esos que les hacen daño y a los cuales quieren perdonar.***



Amor y oración van juntos, siguen uno a otro, uno sigue como consecuencia del otro.

Por el amor se quiere lo que es mejor para una persona y con la oración se pide al Señor que le conceda a esa persona lo que sea mejor para ella.

Cuando oramos por una persona o personas, eso es una manifestación de amor; es poner el amor en acción, es una forma de mostrarle a Jesús que somos sus discípulos.

Usar nuestra imaginación al orar y perdonar es de gran poder al recibir el influjo del Espíritu Santo y de gran daño si la dejamos (*esta imaginación*) bajo la influencia del maligno.

Una forma de que sus oraciones por las personas a quienes quieren perdonar sean efectivas es incluir sus nombres en una lista de perdón. Mientras ora le pide al Espíritu Santo que le ayude y le deje saber a quién necesitamos perdonar.

Si usted ha orado para perdonar y encuentra que no puede hacerlo, es posible que la dificultad sea que usted asocia el daño y la pena que esa persona le ha hecho con el daño y la pena de experiencias del pasado que debe sanar y perdonar.

En la curación interior es necesario curar primero las relaciones primitivas (*de la infancia*) y especialmente las relaciones madre/padre.

#### ***4. Recuerde que el no perdonar es un tipo de odio.***



Odio es querer lo que es malo para una persona y hacer lo que usted pueda para hacerle daño a esa persona.

Cuando una persona no perdona, hay cadenas espirituales alrededor de ella y de la persona a quien no perdona.

Las dos personas están una en poder de la otra. Los dos decimos que es la culpa del otro y los dos nos justificamos, no hay paz o tranquilidad. Hay solo tensión y ansiedad.

La amargura, el no perdonar y la mala voluntad están llenando nuestros corazones, y así como el amor brota del corazón, también las tinieblas.

Con el tiempo llega un momento en que tenemos que afrontar el hecho de que debemos perdonar. Si no perdonamos cuando tenemos la oportunidad tenemos mala voluntad.

Todos sabemos lo que es buena voluntad; cuando no perdonamos, cuando guardamos amargura o resentimiento, tenemos mala voluntad. Tenemos malas intenciones.

***Un psiquiatra dice que el 90% de sus pacientes vienen a él por falta de perdón.***

## ***5. Haga una decisión para perdonar.***

La decisión de perdonar es la que libera. Pídale al Señor la gracia de decir **"Yo perdono"**.

Perdonar es un acto de la voluntad. En muchos casos la sanación aún física viene de la acción voluntaria de perdonar. Esto nos dice que la decisión de perdonar es muy importante.

Se debe enseñar a los hijos a perdonar. **"Querer perdonar es perdonar"**.

Si oramos por una persona podemos estar seguros de que la hemos perdonado.

El Señor solamente nos pide que hagamos ese acto premeditado de nuestra voluntad en el que decimos; "Sí, deseo perdonar a esta persona que me ha herido."

Sin duda habrá fuertes emociones por la herida y el dolor sentidos.



***Siempre podemos diferenciar entre la acción de la voluntad y las emociones.***

## ***6. Deben buscar la curación de las emociones y los recuerdos.***

En Cristo Jesús, nos hemos convertido en criaturas nuevas como dice San Pablo. No obstante todavía hay áreas que necesitan ser curadas.

De gran importancia en la curación de emociones y recuerdos es el uso de la imaginación para curar y buscar el perdón. Usando la imaginación vamos a ver como buscar el perdón en tres niveles:

- El primer nivel es perdonar a la persona, **porque el Señor te ha perdonado a ti.** Imagina la escena de la persona, y tu junto a Jesús, o a sus pies en la Cruz, y tú le dices a Jesús:

“Señor yo le perdono porque tú me has perdonado. Porque he sido perdonado, yo debo perdonar.”



- El segundo nivel es un nivel más profundo en el perdón. Ahora le decimos a Jesús:

Tú quieres que yo sea feliz. Tú quieres la bondad y cosas buenas para mí. Si Tú quieres todo esto para mí, **yo lo quiero para esta persona a quien necesito perdonar.**

“Señor te pido que bendigas a esta persona, que la hagas feliz como Tú deseas hacerme a mí feliz.”



- En el tercer nivel del perdón usted le pide al Señor que derrame Su Amor en su corazón:

“Señor derrama tu amor en mi corazón. Yo sé que tú amas a esa persona y **yo quiero que tu amor penetre en mí y vaya a esa persona** para que de alguna forma yo pueda compartir tu amor por ella.”



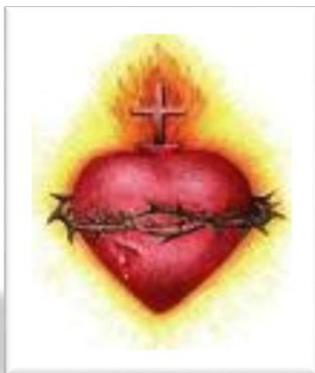
Luego una a esa persona y véala unida con Jesús, en Jesús y por Jesús. Hay una gran cantidad de sanación de emociones en este acto. Usando nuestra imaginación hay sanación para ambos, las emociones y los recuerdos.

Una de las reglas para curar los recuerdos es revivir lo que fue doloroso con Jesús Presente. Reviviendo el suceso en la Presencia de Jesús, hay curación y es fascinante como las heridas y penas del suceso desaparecen.

Es un misterio de fe como esto puede pasar, pero sabemos por experiencia que pasa. Buscando la cura de las emociones y de los recuerdos encontraremos la curación de Jesús en áreas donde no podíamos perdonar.

Mientras nos abrimos al poder de la curación de Jesús en esas áreas, muchos recuerdos reprimidos serán traídos del subconsciente a la luz para ser revividos y curados por Jesús Vivo y Presente.

Jesús desea que todos los hombres seamos libres de las heridas pasadas, de todas las faltas de perdón hacia nosotros mismos y hacia los demás.



***"Tengan entre ustedes los mismos sentimientos que tuvo Cristo Jesús".***

## ***7. Deben cerrar la puerta al demonio.***

Cuando concebimos y guardamos amargura, resentimiento y falta de perdón, estamos invitando al demonio a ser parte de nuestras vidas.



Si permitimos que la falta de perdón se convierta en parte de nosotros, entonces con el tiempo esto afectará nuestro ser físico en forma de enfermedad.

***Todo el misterio de la sanación interior es un asunto de abrirse uno(a) mismo(a) a aceptar el perdón y dar el perdón.***

## ***8. Usted debe perdonarse a sí mismo(a).***

Ahora debemos concentrarnos en el área de la falta de perdón que nos causará mayor dificultad, y esa es perdonarnos a nosotros mismos.

Una de nuestras dificultades es que estamos obligados por nuestro Señor Jesucristo a amarnos como ÉL nos ama. Muchas personas no pueden amarse a ellas mismas, no pueden aceptarse y no pueden perdonarse.

Usted no puede dar lo que no tiene. A menos que usted no tenga amor por sí mismo, un amor saludable por usted mismo, aparentemente es imposible llegar a amar a otros.

La imagen que tenemos de nosotros mismos está basada en las respuestas de la familia hacia nosotros cuando éramos niños.

Cuando los niños son amados, bañados en afecto, felicidad y regocijo, una imagen de sí mismo feliz y buena es transmitida al niño.

Cuando somos tocados por el resentimiento, ser negativos, falta de cariño, falta de atención, depresión, automáticamente empezamos a formar una imagen negativa y mala de nosotros mismos. Empezamos a vivir nuestras vidas de acuerdo con la imagen que nos hemos hecho o que nos han hecho.

Necesitamos hablar y pensar positivamente sobre nosotros.

***Que "poco se necesita para transmitir amor a un niño, y cuantos millones de niños son perjudicados porque los padres no toman tiempo para expresarles amor y cariño en una forma que el niño pueda entender.***

Nosotros le enseñamos, reprendemos, reñimos, amenazamos, castigamos y gritamos. Un niño puede oír hasta 20 críticas, o golpes, por cada afirmación positiva o muestra de cariño.

La proporción debe ser lo contrario si el niño va a adquirir un propio amor a sí mismo y evitar el destructivo odio a sí mismo.

Algunas veces las personas dicen que quieren ser curadas pero en su interior no quieren ser curadas porque sienten que se merecen lo que tienen.

### ¿Qué podemos hacer?

**Primero**, yo le sugeriría llegar al Señor en oración y que le pida al Espíritu Santo que lo lleve hacia atrás; a esos tiempos del pasado cuando usted experimentó influencias negativas en su vida.

Aquí otra vez, reviviendo estas experiencias en la Presencia de Jesús puede haber una curación tremenda de su propia imagen a un nivel muy profundo.

**Segundo**, hagamos nosotros mismos la pregunta: ¿Podemos honestamente compartir con personas la pena emocional que sentimos?

Psicológicamente, es mucho mejor si podemos ir a una persona de confianza, sana, equilibrada, con temor de Dios, y decirle:

*“Estoy herido(a). Estoy deprimido(a) ¿Tú orarías conmigo?”* Hay una medida para articular y compartir heridas y penas. Eso es lo que nos dicen los psicólogos y los psiquiatras, las emociones fuertes solo pueden manejarse compartiéndolas con alguien. Dejándolas salir y después dejando a alguien orar con usted.

**BAJO VERDADERO AMOR FRATERNAL  
Y BAJO LA ACCIÓN DEL ESPÍRITU SANTO.**



Necesitamos afirmar a otros. También necesitamos afirmarnos a nosotros mismos.

***"Todos somos hermanos.  
Todos necesitamos del poder  
de la oración de intercesión."***

***"Todos debemos orar unos por otros."***

## ***9. Recuerda que el perdón es un proceso.***

Jesús crecía en gracia y sabiduría delante de Dios y de los hombres, nosotros experimentamos este proceso en nuestras vidas; según vamos madurando a través de la vida adquirimos una idea más profunda y clara de quienes somos y de la persona que hemos sido llamados a ser.

Adquirimos una idea más clara de nuestro padre y de nuestra madre. Adquirimos una idea más clara de la realidad que nos rodea.

Cuando miramos el perdón creo que tenemos que mirarlo en una forma natural y decir que el perdón es un proceso. Es un proceso interno que se mueve hacia la curación completa.

El perdón es un proceso que se divide en dos partes: **el perdón de la voluntad** cuando hacemos una decisión para decir "Yo quiero perdonar" o "Yo deseo perdonar" la curación se efectúa en la voluntad; y segundo, **la curación de las emociones**.



Debemos considerar que algunas experiencias son tan dolorosas y penosas que las personas no pueden perdonar hasta que pase un tiempo; como las separaciones, el divorcio, un abuso o violación, un asesinato, un accidente fatal, una estafa total, etc.

En estos casos las experiencias no se pueden afrontar inmediatamente y hay represión del dolor y la pena (*ver nuestra sección sobre la Elaboración del Sufrimiento*).

Nunca debemos sentirnos desanimados mientras nuestra voluntad sea buena, mientras intentamos estar dentro de la Voluntad de Dios.

Mientras estemos haciendo lo que el Señor nos pide, estamos en el proceso de ser curados y de realmente perdonar y recibir una vida nueva en el Amor del Señor...

***Debemos ser pacientes con Dios  
y con nosotros mismos.***

En el día a día su Espíritu Santo está moviéndose en nosotros y nos está curando desde adentro en el área de las emociones y en la voluntad... especialmente cuando nuestra vida gira alrededor de la alabanza y de la vida de oración que tiene su centro y culmen en la vida eucarística.

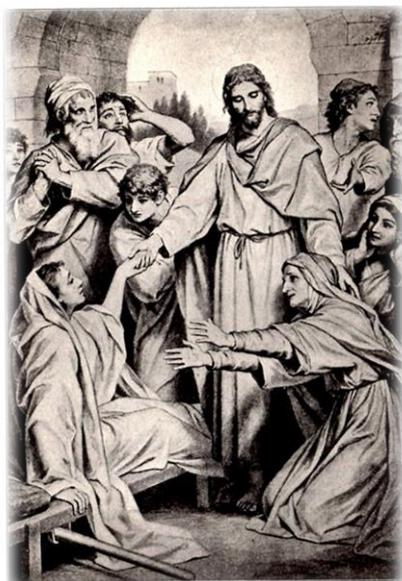


## ***10. Deben amar a su prójimo siendo canales de curación.***

Necesitamos saber que podemos ser canales de curación. Jesús nos ha llamado para ser sanadores, no para lastimarnos unos a otros.

Cuando nos perdonamos unos a otros, nosotros que hemos sido heridos nos convertimos en el canal para curar. Si hemos sido heridos y no perdonamos, profundizamos nuestras heridas. Generosamente hemos recibido perdón y amor del Señor; démoslo libremente.

El mundo a nuestro alrededor está lleno de desorden. Esto es porque en el corazón de los hombres hay desorden.



*"God made himself to His fellow man."*

***Cualquier cosa que veamos en el mundo  
es un reflejo de lo que hay  
en el corazón de los hombres.***

Descansar en el Espíritu Santo es una de las formas en que la curación ocurre más fácilmente, y también el perdón. El Espíritu siempre nos lleva a perdonar y amar.



El ser canales de curación se entiende más allá de perdonar al prójimo. Somos llamados a administrar el amor de Cristo unos a otros, a orar unos por otros.

***Las oraciones trabajan...  
Las oraciones son efectivas  
para nosotros y también para los demás.***



## LA ORACIÓN DEL PERDÓN

***(Se recomienda realizar por 30 días  
Consecutivos y enfatizando secciones)***

*En la siguiente oración la mayoría de las áreas importantes serán cubiertas. Frecuentemente una oración como ésta trae a la mente otras áreas que necesitan perdón. Dejemos al Espíritu Santo moverse libremente y guiar nuestra mente hacia las personas o grupos que necesitamos perdonar.*

*Señor Jesucristo hoy te pido la gracia de poder perdonar a todos los que me han ofendido en mi vida. Sé que Tú me darás la fuerza para perdonar.*

*Te doy gracias porque Tú me amas y deseas mi felicidad más que yo mismo(a).*

*Señor Jesús, quiero que me liberes del resentimiento y los sentimientos de amargura y falta de perdón hacia Ti, por las veces que pensé que mandaste la muerte, injusticia, dificultades financieras, castigos y enfermedades a nuestra familia, a mi vida.*

Señor, me perdono **a MÍ MISMO(A)** por mis pecados, por mis faltas, por mis errores y mis caídas. Por todo lo que es verdaderamente malo en mí, por todo lo que pienso que es malo; me perdono a mí mismo(a).

Me perdono por cualquier participación en espiritismo, brujería, horóscopos, consultas a adivinos y búsqueda de la suerte. Por tomar Tú Nombre sin necesidad y por no adorarte como Tú te lo mereces.

Por haber herido a mis padres, por emborracharme, por drogarme, por mis pecados contra la pureza y contra natura, por adulterios, por abortos, por robar, por mentir, por todo esto me perdono sinceramente. Gracias Señor por tu Gracia en este momento.

Yo perdono sinceramente **a mi MAMÁ**, Yo le Perdono todas las veces que ella me hirió, me causó resentimiento, que se enojó conmigo y todas las veces que me castigó, le perdono las veces que ella prefirió a mis hermanos y mis hermanas en vez de a mí. Le perdono las veces que me dijo: "tonto(a)", "feo(a)", "inútil", "estúpido", "el peor de todos mis hijos" y porque dijo que le "costé mucho". Por las veces que ella me dijo que no era deseado, que vine a este mundo por un accidente o que no era lo que ella había soñado, que fui una equivocación, yo la perdono de todo corazón.

Yo perdono **a mi PAPÁ**. Le perdono por las veces que no me ayudó, por su falta de amor, afecto y atención. Le perdono por su falta de tiempo, por su indiferencia y por no darme su compañía. Le perdono sus hábitos de beber, sus discusiones, su violencia y sus peleas con mi mamá y con mis hermanos. Por sus castigos severos, por abandonarnos, por haberse alejado de casa, por sus adulterios y borracheras, por divorciarse de mi mamá, por abandonarnos, y por las veces que prefirió estar fuera de casa. Yo le perdono.

Señor, quiero que mi perdón llegue **a mis HERMANOS y HERMANAS**. Perdono a los que me rechazaron, mintieron acerca de mí, que me odiaron y me guardaron rencor o menosprecio, a los que me hirieron física y

*espiritualmente, rivalizaron por el amor de mis padres. Aquellos que eran demasiado severos conmigo y me castigaron y que de alguna forma me hicieron la vida desagradable, imposible, sin amor. Yo los perdono.*

Señor, yo perdono **a MI ESPOSO(A)**, por su pérdida de amor, afecto, consideración, apoyo, atención, comunicación, por sus faltas, sus errores, sus debilidades, egoísmos, sus acciones y palabras que me hirieron y me molestaron. Por su abandono, por su indiferencia, por su infidelidad.



Jesús, perdono **a mis HIJOS** por sus faltas de respeto, obediencia, amor, atención, apoyo, afecto y comprensión, por su dureza y exigencias, por sus malos hábitos, por no querer ir a la Iglesia, por descuidar su fe, sus estudios, y por todas las malas acciones y amistades que me molestaron e hirieron, que pusieron en riesgo su vida y mi vida.

Dios mío, perdono **a mis PARIENTES POLITICOS**, madre, padre, yerno, nuera, cuñada, cuñados y otros parientes políticos. Por su falta de amor, por su rechazo e incomprensión, por su menosprecio. Por sus palabras y acciones que me hicieron daño y causaron dolor, yo les perdono.

Señor, ayúdame a perdonar **a mis PARIENTES**, mis abuelos y abuelitas que hayan interferido en mi vida familiar, que hayan sido posesivos en relación a mis padres, quienes pudieron haber causado confusión, división, pleitos entre ellos y aún enemistad.

Jesús, ayúdame a Perdonar **a mis COMPAÑEROS** de trabajo que me desagradan y me hacen la vida molesta.

A aquellos que me recargan de tareas, que me critican, que no cooperan conmigo, que rivalizan y se esfuerzan por quitarme mi trabajo, yo les perdono Señor.

Señor, **mis VECINOS** necesitan ser perdonados. Por todos sus ruidos, dejar que su propiedad se destruya, por no amarrar a sus perros que corren por mi patio, por no entrar sus latones de basura, por hacer daño y agobiar al vecindario, yo les perdono Señor.

También perdono **a mis SACERDOTES, a mi IGLESIA, a mi COMUNIDAD** por su falta de apoyo, su mezquindad, su falta de caridad, por no ser una inspiración para mí, por no ponerme en puestos para los que yo me sentía capacitado, por no invitarme a servir en tareas en las que yo creía que podía ser útil, y por todas las heridas que me causaron; yo les perdono en este momento, Señor... por cualquier forma de abuso o acoso sexual... contra mi persona, o contra alguno de mis hijos o hijas, yo les perdono en este momento, Señor.

Señor, yo perdono **a todos los PROFESIONALES** que en alguna forma me ofendieron: doctores, enfermeras, abogados, policías, empleados de hospitales. Por lo que me hayan hecho, yo los perdono hoy día.

Señor, yo perdono **a mi JEFE** por no pagarme lo debido, por no apreciar mi trabajo, por no ser bondadoso y razonable conmigo, por tener mal carácter, por ser poco amistoso, por no darme un puesto mejor y no felicitarme en mi trabajo cuando lo merecía, por cualquier forma de abuso o acoso sexual.

Señor, perdono **a mis PROFESORES e INSTRUCTORES** tanto del pasado como del presente. Aquellos que me castigaron, me humillaron, insultaron, fueron injustos conmigo, se burlaron, me hicieron sentir tonto, estúpido, inútil, fracasado.

Señor, yo perdono **a mis AMIGOS** que hablaron mal de mí, que perdieron contacto conmigo, que no me dieron apoyo, que no estuvieron disponibles cuando yo los necesitaba, a los que les presté dinero y no me

devolvieron, a los que me criticaron, a los que simplemente me quitaron su amistad.

Señor Jesús, yo oro en forma especial para obtener la gracia de perdonar **a la PERSONA QUE ME HAYA OFENDIDO MÁS...** Yo te PIDO poder perdonar a QUIEN CONSIDERO mi peor enemigo, al que me cuesta más perdonar o por el que decía que nunca perdonaría.

Gracias Señor, porque Tú me libras del mal y me ayudas a perdonar. Gracias por tu Amor y Paz. Haz que tu Espíritu Santo ilumine todos los rincones de mi mente. Amén.

***Perdonar es un acto de la voluntad, no un sentimiento... Perdonar es una obligación permanente de la vida... Cada día necesitamos perdonar a aquellos que nos hirieron o nos hacen daño.***

***"Entonces Pedro se acercó y le dijo: "Señor ¿cuántas veces debo perdonar las ofensas de mi hermano?, ¿Hasta siete veces? Jesús te contestó; "No digas siete veces, sino hasta setenta veces siete" (Mateo 18:21-22).***



## Fin de la Tercera Parte

(Continuamos con: La Elaboración del  
Sufrimiento según Dios)

Somos:



Una plataforma de Evangelización  
para el Crecimiento Espiritual

[www.redamordedios.wordpress.com](http://www.redamordedios.wordpress.com)

[www.amordediosblog.wordpress.com](http://www.amordediosblog.wordpress.com)

[www.oramosportired.wordpress.com](http://www.oramosportired.wordpress.com)

[redamordedios@gmail.com](mailto:redamordedios@gmail.com)