

Fernández, Víctor Manuel

*La oración que sana las enfermedades de la
actividad apostólica*

Revista Vida Pastoral N° 263, 2007

Este documento está disponible en la Biblioteca Digital de la Universidad Católica Argentina, repositorio institucional desarrollado por la Biblioteca Central “San Benito Abad”. Su objetivo es difundir y preservar la producción intelectual de la institución.

La Biblioteca posee la autorización del autor para su divulgación en línea.

Cómo citar el documento:

FERNANDEZ, Víctor Manuel. *La oración que sana las enfermedades de la actividad apostólica* [en línea]. *Vida Pastoral*, 263 (2007). <http://www.san-pablo.com.ar/vidapastoral/index.php?seccion=articulos&id=246> Disponible en: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/rectorado/oracion-que-sana-enfermedades-actividad.pdf> [Fecha de consulta:.....]

(Se recomienda indicar fecha de consulta al final de la cita. Ej: [Fecha de consulta: 19 de agosto de 2010]).

Publicado en:

<http://www.san-pablo.com.ar/vidapastoral/index.php?seccion=articulos&id=246>

Espiritualidad

La oración que sana las enfermedades de la actividad apostólica

Autor: [Víctor Manuel Fernández](#)

Van aquí ejemplos concretos de oraciones que el autor propone para algunas de las muchas vicisitudes por las que la actividad pastoral puede transcurrir.

Todos tenemos algunas perturbaciones en el ejercicio de nuestra misión. A algunos nos atormenta la ansiedad, la prisa, el nerviosismo, a otros la desconfianza, el escepticismo, el desánimo; otros tienden a la impaciencia o la negatividad con las demás personas. Si descubrimos cuáles son nuestros puntos débiles, no es suficiente hacer alguna oración ocasionalmente, cuando nos sentimos mal. Hay que realizar un paciente proceso espiritual que nos lleve a sanar poco a poco las debilidades y enfermedades de nuestra manera de trabajar. Así vamos preparando una tarea mucho más satisfactoria, de la cual no necesitemos escapar.

Una cosa es esa oración que realizamos después de cada tarea, donde tratamos de liberar nuestro interior de cualquier negatividad que haya quedado prendida en el corazón. Pero otra cosa es tomarse en serio las grandes inclinaciones que permanentemente nos acosan, y realizar un largo proceso de liberación. Este camino constante de oración personal podría ser una excelente medicina para ir curando lentamente las enfermedades de la actividad que le quitan fuerza, gozo y fecundidad.

Veremos a continuación algunas oraciones que podríamos realizar perseverantemente cada día en orden a sanar las diferentes perturbaciones que puedan acosarnos en nuestras tareas. Pero lo importante sería que cada uno escribiera una plegaria propia que exprese sus fragilidades personales y que esté presente permanentemente en su oración privada.

Oración para curar la ansiedad en las tareas

*Señor mío, dame un corazón simple que sea capaz de darlo todo,
pero dejándote a vos la gloria y el honor.
Saná ese desgaste que sufrí
por haber pretendido complacer a todos
con mis acciones.*

*Liberame de la ansiedad que me enferma,
por querer lograr la aprobación de todos
o porque busco sentirme importante.*

*Quiero aceptarte a vos como Señor
de todo mi futuro y de todos mis planes.*

*Que todo suceda como te parezca mejor.
Mostrame interiormente que yo no soy un dios*

*y que no puedo construir el futuro
sólo con mi mente pequeña y limitada
o con mis pobres fuerzas.*

*Ayúdame a ver lo bello que es depender de ti,
dejando cada cosa en tus manos.*

En vos seré fuerte.

*Sólo vos sos Dios. Vos me protegerás
y en vos todo estará seguro y feliz.*

*Aunque no se cumplan mis proyectos,
me ayudarás a lograr lo que los demás necesitan de mí.*

*Dios mío, vos sos el importante,
el infinito, que sostenés todo con tu poder sin límites.*

*Sólo vos mereces la adoración del corazón humano
y únicamente ante tu gloria debo postrarme.*

*Señor, glorioso, vestido de hermosura,
no permitas que yo adore cualquier cosa
como si fuera un dios.*

*No dejes que me llene de ansiedad detrás de proyectos obsesivos,
porque nada de este mundo vale tanto, nada es absoluto.*

Señor, curá mi ansiedad con tu mirada paciente.

*Ayúdame a luchar con paz y gozo,
caminando firme, sereno y sin prisas.*

*Quiero trabajar bajo tu luz,
sabiendo que comprendés mis errores
y que siempre puedo empezar de nuevo, sin ansiedades inútiles y desgastantes.*

*Porque vos tenés confianza en mí, me esperás,
y querés que viva sanamente.*

*Con vos todo será para bien,
aunque yo no pueda verlo.*

Quedo en tus manos. Amén.

Oración para sanar la impaciencia con los demás

*Mi Dios, abismo infinito de belleza
que saciarás toda mi sed de amor.*

*Mirá mi interior, donde a veces habitan egoísmos,
impaciencias, rechazos.*

Regalame el don de la paciencia.

*Quiero vivir el mandamiento del amor que me dejaste,
pero a veces me brotan malos sentimientos que se apoderan de mí.*

*Otras veces hago daño con mis palabras, con mis acciones,
o con mi falta de amabilidad.*

*Ayúdame Señor,
para que pueda contemplar a los demás con tus ojos pacientes.*

*Quiero reconocer tu amor para todos los seres humanos,
también para esas personas
que yo no puedo amar con paciencia y compasión.*

*Todos son importantes para tu corazón amante,
todos son sagrados y valiosos.*

*Quiero recordar que cada ser humano
es obra de tus manos de Padre.*

A cada uno le diste la vida con inmensa ternura.

*Iluminá mi mirada para que reconozca
que nadie ha nacido por casualidad
sino que es un proyecto eterno de tu amor.*

Por eso traigo a tu presencia a ese hermano que yo no tolero.

*Quiero contemplar a tu Hijo
que se hizo hombre para rescatarlo,
que derramó su preciosa sangre para salvarlo
y por él sufrió el abandono de la cruz.*

*Dame tu luz Padre,
para que pueda reconocer las cosas buenas que pusiste en él,
los dones que sembró tu santo Espíritu,
todas las posibilidades buenas que hay en el interior de esa persona.*

*Y quiero declararlo inocente
por todas las cosas que me molestan de sus actitudes.*

Liberame de condenarlo y de prejuzgarlo.

*Quisiera imaginar sus sufrimientos, sus angustias,
esa debilidad que le cuesta superar.*

*Ayúdame a encontrar alguna excusa para disculparlo
y para no mirarlo más con malos ojos.*

Liberame Señor, para que no alimente la impaciencia y el desprecio.

*Te contemplo a vos Jesús, tan comprensivo con los pecadores,
tan paciente y compasivo con las debilidades de tus discípulos,
tan cercano a todos.*

*Sólo te lamentabas de los impacientes e intolerantes,
que vivían señalando los defectos ajenos
y no eran capaces de reconocer los propios.*

*Quiero aprender de vos Jesús, paciente y humilde,
para encontrar descanso y alivio en mis impaciencias.*

*Bendigo a todas las personas que me molestan,
que me desagradan, que me cansan,
que me perturban, que me interrumpen.*

*No buscan hacerme daño, sólo me necesitan,
o simplemente expresan sus sufrimientos.*

*Las bendigo para que sean cada día más bellas y santas,
para que reflejen tu amor y tu hermosura.*

Pasá tu mano por sus vidas para que sean felices.

*Ven Espíritu Santo a mi vida, penetra en mi interior,
acariciame con tu divina calma.*

*Curá las heridas de mi intimidad
que me llevan a rechazar a los demás.*

*Saná la raíz de mi intolerancia, de mis malas reacciones,
y regalame el don de la paciencia. Amén.*

Oración contra el desconsuelo y la tristeza

*Señor, vengo a buscar tu ayuda,
en un momento difícil.*

*Las dificultades y las desilusiones
han apagado mi fervor
y la alegría de mi entrega.*

*Por eso te presento mis cansancios, mis angustias,
y todo mal recuerdo.*

*Quiero unir mi dolor
a Jesús en su pasión,*

*para resucitar con él
en gozo y esperanza.*

*Mi Dios, en vos hay gozo infinito,
alegría que desborda y se derrama luminosa en cada criatura.*

El mundo entero es un canto de gozo que brota de tu exceso de amor.

*Mostrame, Señor, la belleza y la bondad de las cosas pequeñas,
allí donde habita un remedio para mis tristezas.*

*Te doy gracias, mi Creador,
por la sangre que corre intensamente y me mantiene vivo,
por el aire y por cada simple regalo cotidiano.*

*Te doy gracias porque de alguna manera
siempre puedo hacer algo bueno por este mundo.*

*Ayúdame a vivir la fiesta de la generosidad,
la alegría de hacer feliz a otro, el sueño de hacer el bien.*

*Dame el don de la magnanimidad
para buscar siempre algo más en la vida.*

*Despertá en mi interior, Señor amado, un intenso amor a vos,
para que busque tu gloria con el corazón ardiente,
para que me goce en tu amistad
y repose en tus brazos cada noche
y cada mediodía.*

*Mostrame las maravillas de tu amor,
para que seas mi lugar de delicias, mi tesoro, mi banquete feliz,
también en medio de mis tareas y cansancios.*

Me regocijo en vos, infinito y glorioso.

*Saná, Dios mío, las raíces de mi tristeza,
llegá hasta el fondo de mis males
para que pueda recuperar el verdadero gozo.*

Eso espero de tu amor, mi Señor poderoso.

*No dejes que me entregue en los brazos enfermos de la melancolía, no permitas que
beba del veneno de los lamentos,
las quejas, el desaliento. No valen la pena.*

Dame una mirada positiva, optimista, esperanzada.

*Convenceme, con un toque de tu Espíritu,
de que la entrega generosa a tu Reino es el mejor camino.*

Haceme probar el júbilo de Jesús resucitado.

Dame la potencia de tu gracia para que todo mi ser sea un testimonio de la alegría del Espíritu Santo.

Me entrego nuevamente a vos, Señor, para servirte en los hermanos.

Quiero estar bien dispuesto para lo que vos quieras y como vos quieras, para enfrentar cualquier desafío e iniciar nuevas etapas.

Ayúdame a desprenderme de mis planes cuando la vida me los modifique.

Tocá mi corazón para que confíe en tu protección amorosa.

Serás mi poderoso salvador en medio de toda dificultad.

Derramá en mí tu vida, intensa y armoniosa, para que no me resista al cansancio, al desgaste, a los cambios, y para que no busque falsas seguridades.

Enseñame a aceptar con serenidad y fortaleza los límites variados de cada día y las cosas imprevistas.

Liberame de toda resistencia interior contra la realidad .

Ayúdame a confiar, Señor, sabiendo que también de los males podés sacar algo bueno.

Aplacá mi interior inquieto, curá mis nerviosismos y tensiones, para que enfrente con calma y seguridad interior todo lo que me suceda.

Destruí toda desconfianza, porque deseo descansar en tu presencia, entregarme en tus brazos, sin pretender escapar de tu mirada de amor.

Viví conmigo Señor, enfrentaré conmigo los desafíos y las dificultades que ahora tengo que resolver.

Porque con vos todo terminará bien. Amén".

Oración para dejar de escapar de los demás

Dios mío, comunidad de amor. Padre, Hijo y Espíritu Santo, tres Personas unidas en un amor infinito. Te adoro.

Te doy gracias mi Dios, porque me creaste a tu imagen, y pusiste en lo más profundo de mi ser la necesidad de los demás.

En mi corazón está ese llamado precioso a vivir en comunidad.

*Tocá mi interior Señor, para que descubra de verdad
que yo no puedo sobrevivir ni crecer solo.*

*Enseñame a valorar con cariño la amistad, la fraternidad,
el diálogo, el encuentro con los hermanos.*

*Mostrame Dios mío todo lo que puedo aprender de los demás,
aunque a veces me parezca que tienen poco para ofrecerme.*

*Haceme dócil, Espíritu Santo,
para que me deje pulir y madurar a través de ellos.*

*Abrí mis ojos, Señor,
para que vea todo lo que has sembrado en ellos.*

*Penetrá mis entrañas con tu amor, Dios de ternura,
para que sienta que los demás son mi propia carne,
para que me duela su dolor y me alegre con sus alegrías.*

*Iluminá mi mirada, Jesús, para que pueda reconocerte
presente en cada uno de ellos, y les ayude a llevar sus cargas como si te ayudara a
vos crucificado.*

*Dame un oído atento, para que pueda escuchar a los demás con amabilidad y cortesía,
dándole suma importancia a sus palabras.*

*Y colocá en mi boca la palabra justa,
para decirles lo que ellos necesitan escuchar.*

*Liberame de todos los prejuicios
y no permitas que haga acepción de personas.*

*Derramá en mi interior, Señor, una gran disponibilidad,
para que sea capaz de dar sin medida,
para que aprenda a compartir lo que tengo
buscando la felicidad de los demás.*

Enseñame a aceptar con ternura y serenidad que me quiten mi tiempo.

Mostrame la grandeza de dar con alegría.

*Ayúdame a descubrir la hermosura
del manantial que siempre da;
la belleza del cántaro, que existe para saciar la sed de los demás.*

*Descubríme la inmensa dignidad de todas las personas,
que tienen derecho a ser parte de mi vida.*

*Dame un amor generoso y humilde,
dispuesto a compartir con los demás
mi propia vida, mis talentos, mis bienes.*

*Que pueda entregarme sin resistirme ante sus reclamos,
amándolos con tu amor y mirándolos con tu mirada. Amén.*

Oración contra el desánimo

*Señor, yo no quiero desperdiciar tus dones,
no quiero desaprovechar los impulsos de tu gracia.*

*Tengo a mi disposición
la vida nueva de la Resurrección
y el poder de tu Espíritu.*

No quisiera desgastarme en lamentos y quejas.

Vos me sostenés, vos me das vida, con vos puedo correr sin fatigarme.

*Pero a veces me desgastan mi desconfianza, mi tristeza,
mi melancolía, mis miedos, mis fracasos,*

las contradicciones que encuentro, mis insatisfacciones.

*Ayúdame a renunciar a todo eso, Señor, a echarlo fuera,
para que despliegues en mi vida toda tu gloria.*

*Latí conmigo, Señor, viví conmigo, respirá conmigo,
lléname de fervor y de esperanza.*

*Colocá en mi corazón el anhelo de ser fecundo para vos, de ser útil.
Dame el sueño de producir algo bueno para este mundo,
el deseo de dejarlo mejor que como lo he encontrado.*

*Saná toda pereza, toda indiferencia, todo desánimo,
para que no te ofenda con pecados de omisión.*

*Que pueda levantarme cada mañana
con intensos deseos de hacer el bien a los demás.*

*Ayúdame a descubrir mejor mis talentos,
para gastar bien mis energías.*

*Dios, potente y fuerte, que todo lo sostenés,
mirá mi debilidad y penetrá todo mi ser
con ese poder que no tiene límites.*

Fortalecé cada fibra de mi cuerpo y de mi interior.

*Así yo sé que nada podrá derribarme,
porque ningún poder humano, ningún límite,
ninguna enfermedad y ninguna dificultad
pueden ser más fuertes que tu amor.*

*Llename de tu vida intensa, Señor,
infundí tu dinamismo en mis acciones,
inundá de vitalidad todo mi ser.*

Dios mío, mirá mi corazón.

*Sabés que a veces me falta generosidad,
sensibilidad frente al mal ajeno,
y a veces estoy demasiado pendiente de mí mismo.*

*Otras veces me desanimo porque no recibo elogios
o no veo los frutos de mis esfuerzos.*

*Dame un corazón más generoso, para que realmente me interese
la felicidad de la gente, para que de verdad me duelan
los problemas ajenos, y no solamente los míos.*

Tomame Señor, una vez más.

*Convenceme de que es mejor entregarse generosamente
que desgastarse en los lamentos.*

*Utilizame, Dios mío,
para derramar tu poder y tu luz en el mundo.*

Así seré feliz en tu servicio. Amén.

Oración contra el escepticismo

*Señor, a veces me falta entusiasmo y entrega
porque creo que no vale la pena
esforzarse demasiado.*

*Me parece que mi tarea y mis cansancios
no producirán demasiados resultados.*

*No me interesa desgastarme
para obtener logros muy pequeños.*

*Muchas veces siento
que ya está todo podrido,
que nada va a cambiar,
que ya no hay nada que hacer.*

*Me parece que las cosas son así
y que ya no pueden ser de otra manera.*

*También siento que no estoy preparado
para dar respuestas.*

*Por eso me falta entusiasmo,
no pongo el alma en mis tareas.*

*Olvido que la historia
tiene idas y vueltas,
que hubo otras épocas muy difíciles
donde muchos entregaron sus vidas
y fueron fecundos.*

*Ayúdame Señor,
para que vea que todo puede cambiar,
que no está todo dicho,
que también hoy tu Evangelio
puede mejorar el mundo.*

*No permitas que me entregue
a una vida cómoda y resentida.*

*Porque mis energías se debilitan
cuando las cuido demasiado,
pero se multiplican y se renuevan
cuando las entrego con ganas,
cuando acepto tu proyecto,
cuando trabajo confiado en tu poder.*

*Ayúdame a descubrir
que tu mensaje y tu gracia
son lo que necesita este mundo de hoy,
que tu Palabra es siempre viva y nueva.*

*Mostrame Jesús,
que lo que buscan los corazones
es tu luz, tu amor, tu poder.*

No hay nada mejor, nada más bello, nada más grande.

*Ese es el tesoro
que depositaste en mis manos.*

Gracias Señor.

*Dame la mirada de la fe
para reconocer siempre
que detrás de los aparentes fracasos
algo nuevo está brotando.*

*En el fondo de la realidad
está la vida nueva de tu Resurrección
que nadie puede matar.*

*Está el fuego de tu Espíritu
que nadie podrá apagar.*

*Señor, enseñame a reconocer
la belleza de tu llamado,
lo hermoso que es ser tu instrumento.*

*Dame el fervor de los grandes evangelizadores
para entregar al mundo mi aporte generoso.*

*Más allá de lo que vean mis ojos,
yo sé que si me entrego con confianza
mi vida será fecunda.*

Gracias Señor. Amén.

Oración para liberarse de la debilidad interior

Infinito Dios, puro poder y fuerza sin límites.

Vos sos mi creador.

Yo no soy la obra de un ser débil o cansado.

Soy obra tuya, Dios todopoderoso.

*Por eso confío en vos, Señor,
y te ruego que derrames todavía más tu poder en mi vida.*

*Dios, infinitamente potente y fuerte, que todo lo sostenés,
mirá mi debilidad y penetrá todo mi ser
con ese poder que no tiene límites.*

Fortalecá cada fibra de mi cuerpo y de mi interior.

*Así, yo sé que nada podrá derribarme,
porque ningún poder humano,
ninguna enfermedad y ninguna dificultad
pueden ser más fuertes que vos.*

*A veces me siento débil en mi cuerpo,
en mi interior, en mi relación con los otros.*

*Siento que cualquier persona o cualquier cosa
pueden hacerme daño o doblegarme.*

*Pero la verdad es que vos estás conmigo,
Necesito que penetres con tu fuerza creadora todo mi ser.*

*Arrancá de mí toda idea y todo sentimiento
que me debilite por dentro.*

*Purificá mi interior de toda confusión
que me haga sentir íntimamente frágil.*

*Llevate todas las cosas muertas que ocupan mi interior
y no me dejan entregarme a la vida.*

*Renuncio a todo lo que ya murió y me lanzo hacia adelante
con la pujanza del Espíritu Santo.*

*Señor, con esa potencia que creó todo lo que existe,
llená de vigor mi existencia,
para que experimente tu poderío divino que me protege y me fortalece.*

*Ayúdame a caminar sabiendo que estoy firme,
rodeado y sostenido por tu presencia poderosa.*

*Penetrá con tu bendición el momento en que comencé a existir
en el seno de mi madre. Soplá y llená de calor y de luz ese instante.*

Llename de vitalidad, hazme nacer vigoroso del seno de María.

*Soplá Señor, e inundá todo mi ser con la potencia de Jesús resucitado, con su vida
nueva, indestructible y gloriosa.*

*Derramá tu vida intensa, Señor,
infundí tu poder en mis acciones,
llename de fortaleza e inundá de esperanza todo mi ser.*

Así no habrá más debilidades, temores, inseguridades ni cobardías.

*Confío en vos Señor, te entrego todo mi futuro,
me quedo en tus brazos fuertes y en vos pongo toda mi confianza.*

*Ahora puedo caminar seguro, puedo enfrentar cualquier cosa,
y de todo sacaré algo bueno,
porque tu poder hace maravillas. Amén.*