

Borboleta



Clínica de Duelo

PROYECTO FINAL

PRAXIS TANATOLOGICA

CLINICA BORBOLETA

2017-2018

TALLER:

**”LA ORACIÓN COMO UNA HERRAMIENTA TERAPEÚTICA EN LA
ELABORACIÓN DEL DUELO**

MARÍA DOLORES LÓPEZ SANTILLÁN

ASESOR: MARÍA DEL CARMEN ALMADA SANTOS

UNA PROPUESTA PARA VIVIR EL DUELO DESDE UNA VISIÓN CATÓLICA INTEGRANDO LA ORACIÓN COMO UN HERRAMIENTA DE SANACIÓN

El proceso de morir jamás será ajeno a la forma de vivir que se tiene

OBJETIVO:

Presentar una propuesta para aquellas personas que deseen trabajar sus procesos de duelo mediante una terapéutica que les permita integrar tanto el conocimiento aportado por la psicología como la escuela de oración fundamentada en la doctrina cristiana católica; a fin de aprovechar la oración cotidiana para conseguir la sanación del dolor y los recuerdos que lo generan.

LA TANATOLOGÍA UNA DISCIPLINA INTEGRAL

INTRODUCCIÓN

La tanatología es una disciplina que tiene como objetivo sensibilizar y apoyar a las personas frente al dolor y sufrimiento humano que se presentan ante la vivencia de la muerte, buscando que los procesos de duelo se lleven a cabo de una manera más sana e integral brindando un apoyo multidisciplinario al doliente, respetando siempre la dignidad de la persona; por lo que considera al individuo como un ser biológico, psicológico, social y espiritual.

El evento de la muerte y en general las pérdidas importantes en la vida de una persona, le conectan de manera consciente o inconsciente con la realidad de sus limitaciones humanas, su temporalidad, su fragilidad y demás atributos que le impiden poder tener el control de muchos aspectos de la vida, lo que lo lleva a experimentar dolor y sufrimiento.

La muerte es un proceso natural que forma parte obligatoria de la vida, pero la manera en que se asimila o rechaza depende en gran medida de los vínculos afectivos que existan entre el ser querido que se queda y el que parte, así como de los recursos espirituales, sociales, psicológicos y físicos con los que se cuenta. Así que la tanatología busca trabajar el proceso de duelo brindando a la persona elementos que le permitan elaborar y manejar de una manera más adecuada y consciente sus aspectos emocionales, mentales y espirituales.

1.- FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL DESARROLLO HUMANO

Afortunadamente el curso de la vida del ser humano puede ser intersectado en cualquier momento para realizar los ajustes que se necesitan para sanar y conseguir la reorganización de las ideas y decisiones de tal forma que permitan la **liberación de la influencia de patrones vigentes que no son favorables al individuo.**

Erskine (2012) cree que comenzamos a desarrollar reacciones y expectativas que modelan para nosotros el mundo en que vivimos y el tipo de personas que somos inclusive antes de nacer. El entorno en que se vive juega un papel determinante de la adaptación de la persona y puede inhibir la espontaneidad y limitar la flexibilidad que se necesitan para poder resolver los problemas.

De acuerdo a E. Berne somos permanentemente adulto, niño y padre (los 3 estados del ego) y por ese motivo estamos conectados permanentemente a todas nuestras edades a través de la propia experiencia de vida, la experiencia de los antepasados y por herencia a través de la vida y a través del ser. Somos un sistema de múltiples entradas y salidas, la metamorfosis de los eventos los transforma en experiencias. **La presencia física se complementa con la presencia de la conciencia, confianza y paciencia. Bajo estrés, las percepciones equivocadas y las expectativas de los estados arqueo físicos del niño y del padre, que no están integrados activan los diagramas de reacción antiguos, que pueden aun fallar y ser autodestructivos.**

Los escenarios pueden sanarse, mediante la interacción con la gente apropiada, con relaciones naturales, construida hábilmente por personas portadoras de experiencias plenas; por lo tanto los terapeutas deben involucrar ingredientes muy importantes como son el amor y la devoción para la gente que desean ayudar a sanar.

La parte de la terapia es análoga con la que la madre provee a su hijo como base de seguridad para que él pueda explorar el mundo (Bowlby, 1988, apud. Wallin, 2010, p.15)

Así se remarca la importancia de la calidad que demandan las relaciones entre el terapeuta y el cliente, de tal manera que permitan a la persona tomar decisiones nuevas que le permitan construir un escenario más sano considerando que esto puede ocurrir en cualquier momento de la vida. Según algunos científicos la oración tiene efectos sobre la actividad cerebral que pueden llevar a la persona a conectarse con un sentimiento de seguridad necesario para la sanación

Por último, pero también importante **es necesario remarcar la importancia del autoanálisis en la sanación de la vida propia.** La terapeuta Karen Horney (2014) enfatiza, que entre aquellos que tuvieron éxito en el auto análisis se incrementó **la fortaleza interna y la autoconfianza**

LA IMPORTANCIA DE LA ESPIRITUALIDAD EN LOS PROCESOS DE SANACIÓN

Todos los seres humanos tienen un espíritu y por lo tanto tienen una espiritualidad; esta es sin duda la parte más compleja y elevada del individuo y esta le permite tener consciencia de su existencia no solo a nivel físico, sino intelectual y anímico, así como de su capacidad de trascender. Existe desde la concepción y se distorsiona o se conforma sanamente dependiendo de la manera en que se eduque y enriquezca a lo largo de la vida. Desde sus inicios siendo el hombre un ser espiritual se ha cuestionado sobre aspectos como ¿Quién soy?, ¿Porque estoy aquí? ¿Y a donde voy después de morir?, ¿Cuál es el sentido de la vida, de la muerte, del sufrimiento? Es la parte espiritual del ser humano la que le hace consciente de tener capacidades superiores en muchos aspectos a los de otras especies, pero también limitaciones; es por eso que se reconoce como incapaz de entender y controlar muchos aspectos de la vida y mucho menos de la muerte y es por eso también que es necesario que las personas conozcan y desarrollen una sana espiritualidad de manera libre y responsable.

La psiquiatra Jean Shinoda Bolen nos dice en su libro 'El sentido de la enfermedad' que **la creencia en la existencia de una divinidad a la que estamos vinculados es innata a los seres humanos. En nuestro fuero interno tenemos un sentido de lo sagrado, de una relación con un poder que nos supera y que es arquetípico y antiquísimo'**

La espiritualidad y las corrientes filosóficas:

La filosofía es una disciplina que aparece ya en las culturas antiguas y busca establecer desde un pensamiento racional respuestas sobre la verdad, el universo y la vida, abarca aspectos éticos y morales, pero a diferencia de las religiones no hace referencia a una autoridad y voluntad superiores sagradas o divinas, ni a un sentido de trascendencia espiritual después de la muerte, no existen lineamientos ni respuestas para los aspectos sobrenaturales que el ser humano experimenta, ni responde a la interrogante de lo que ha de venir después de la muerte; en las corrientes filosóficas, el sentido, la dirección y las reglas de vida son propuestas por el mismo ser humano (es decir son homocéntricas); por lo que es imposible definir verdades absolutas a las respuestas existenciales; lo que conlleva al establecimiento de múltiples propuestas sobre verdades relativas, donde el acceso a lo verdadero implica un crecimiento que parte de la propia propuesta racional humana, la filosofía se expresa en base al 'creo que..' y 'creo en..'

2.- LA IMPORTANCIA DE LA ORACIÓN EN LA TERAPEÚTICA DEL DUELO DESDE EL ENFOQUE DE LA IGLESIA CATÓLICA

Es un hecho que no todas las personas religiosas tienen un sano desarrollo espiritual y humano, sin embargo es una realidad que la práctica de una religión de manera adecuada, consiente, libre y sobre todo responsable tiene como objetivo llevar a la persona a conectarse con su área más elevada y trascendental para alcanzar un sano desarrollo basado en valores espirituales, éticos y morales profundos. Cada religión tiene establecidas doctrinas, normas y valores que establecen los lineamientos que sirven como directrices a sus practicantes para poder establecer mejores relaciones tanto a nivel humano como espiritual.

La sanación interior es una herramienta aprobada por la Iglesia Católica que tiene como objetivo facilitar terapias de sanación donde se integran técnicas terapéuticas enriquecidas con métodos de oración establecidos por las escuelas de oración existentes a lo largo de la historia.

La Iglesia Católica establece que la sana práctica religiosa debe permitir a la persona establecer una sana relación con el Dios personal revelado en Cristo, que ofrece el amor afectuoso de un Dios personal que busca a su criatura. Jesucristo no es un simple modelo, es una persona divina cuya figura humano-divina revela el misterio del amor del Padre hacia cada persona a lo largo de la historia. Así comparte su vida con cada uno pero no de forma impositiva ni automática, sino de manera libre y responsable.

La oración cristiana no es un ejercicio de contemplación de sí mismo, quietud y vaciamiento de sí, sino un diálogo de amor, que implica una actitud de conversión, un éxodo del yo del hombre hacia el tú de Dios. Hay algunas técnicas espirituales que conviene aprender, pero Dios es capaz de soslayarlas e incluso prescindir de ellas. Se implica una conciencia inicial de la imperfección de la persona en lugar de la exaltación del yo. **Se trata de dejar que las personas reaccionen a su manera, a su propio ritmo, y dejar a Dios hacer el resto.**

Dado que la incapacidad de generar relaciones funcionales es un factor determinante en los duelos patológicos, es necesario revisar los factores que se consideran necesarios para poder establecer relaciones saludables (confianza, aceptación, afecto vs miedo, rechazo,

odio) y revisar cómo se pueden sanar estos factores en caso de que se encuentren dañados desde una visión católica, es decir con Cristo y en Cristo.

3.- LA SANACIÓN DE LAS EMOCIONES Y LOS RECUERDOS A TRAVÉS DE LA SANACIÓN INTERIOR, UNA PROPUESTA PARA LOS CATÓLICOS

Muchas de las personas que han tenido experiencias de muerte afirman haber tenido un encuentro con un ser de luz que los hizo sentir aceptados y amados más de lo que nunca habían experimentado, las personas hablan de ese ser de la misma manera en que las escrituras hablan de Dios. Jesús se denomina a sí mismo la luz del mundo y compara a su Padre con la luz del sol, invitando a amar incluso a los enemigos. **Cuando una persona puede conectarse con el amor incondicional de Cristo (ágape) a través de la oración sin necesidad de morir, presenta una transformación que ayuda a sanar a la persona y es en esto que consiste la práctica religiosa católica, en establecer una sana relación entre la criatura humana y su creador.**

Hay dos cosas que parecen estorbar el proceso de sanación desde la perspectiva católica: La visión que una persona tiene de Dios y la que tiene de sí mismo. Por eso es importante cuestionarse si es el caso, porque se tiene la imagen de Jesús como un duro juez que va registrando los pecados para castigar o hacer sufrir al que los cometió, en lugar de la verdadera imagen que Jesús vino a mostrar; la de un amor incondicional de Dios a sus criaturas hasta llegar al extremo de dar a la vida de su único hijo por la salvación de sus criaturas; para que tengan vida y la tengan en abundancia.

Mientras más podemos precisar y darle un nombre a aquello que tememos o que nos produce determinada emoción o sentimiento, más oportunidad tenemos de manejar tal sentimiento, en lugar de que él nos maneje.

Las emociones y sentimientos son como el fuego, ni buenos, ni malos, simplemente son; nos protegen si los manejamos apropiadamente, y si tratamos de ocultarlos y sepultarlos entre escombros nos destruyen. La libertad estriba en dar la bienvenida a las emociones y sentimientos, sean de frialdad, temor, soledad, frustración, enojo o gozo y luego decidir **conscientemente** como se va a reaccionar.

Si nos sentimos suficientemente amados por Dios para compartir con él nuestros sentimientos, entonces podemos compartir con Él una situación dolorosa que necesite ser sanada. Para esto, primero es necesario identificar los síntomas y después mostrar como el ES ha actuado en situaciones similares.

La pregunta que nos tenemos que hacer es: ¿Estoy dispuesto a enfrentar con Cristo, como los discípulos de Emaús, los temores, las frustraciones, los enojos, la rabia y el auto aborrecimiento que he escondido durante años? ¿Estoy dispuesto a que Cristo me enseñe por medio de las escrituras que me gusta guardar rencores, sentir compasión de mí mismo, menospreciar a los demás, sentirme por encima de ellos, y tener una visión estrecha de lo que otros están realizando? ¿Puedo compartir con Jesús lo que no puedo compartir con nadie más? ¿Estoy listo para ser sanado o solo quiero sonreír y simular que todo va bien?

EL DUELO Y EL PERDÓN EN LOS RECUERDOS

Si nos sentimos suficientemente amados por Dios entonces podemos compartir con Él todos nuestros sentimientos y abrirnos a su amor para que pueda sanar el dolor. Los pasos propuestos aquí para elaborar un duelo conforme a las cinco etapas propuestas por la Dra. Kubler Ross son:

- 1.- Reconocer los síntomas
- 2.- Identificar a través de un fundamento bíblico en una situación similar (Jn 11, 1-41)
- 3.- Reconocer porque cada etapa es sanadora (Jn 11,42)
- 4.- Compartir los sentimientos (desde el corazón) de cada etapa con Jesús a través de la oración

La ayuda profesional usualmente no es necesaria a menos que la persona se estanque en el proceso. Cuando esto sucede lo que nos ayuda es compartir los sentimientos con una persona importante que nos ame de preferencia incondicionalmente. Así la propuesta es que a través del corazón de Jesús podemos amar y ser amados por aquellos a quienes más se extraña, **se trata de sanar la herida más grande con el más grande Amigo que libera el amor más grande.**

La pena está hecha de dos tendencias alternadas una para evitar el dolor y otra para enfrentarlo, por lo que esta generalmente oscila entre un intenso luto doloroso y periodos de rechazo del mismo hasta llegar a la aceptación.

TRABAJANDO LAS 5 ETAPAS DEL DUELO:

Para trabajar de acuerdo a las etapas establecidas por la Dra. Kubler Ross: NEGACIÓN, ENOJO, REGATEO, DEPRESIÓN, ACEPTACIÓN en este trabajo seguiremos los pasos propuestos anteriormente.

a. SÍNTOMAS

Para poder analizar de una manera clara y racional las experiencias vividas es conveniente aprender a identificar y expresar de manera consciente algunos de los elementos que estas conllevan, para este análisis se propone utilizar la Terapia Racional Emotiva (TRE) que nos permite identificar los hechos, las emociones y sentimientos, pensamientos racionales o irracionales y conductas que conforman nuestras vivencias.

Si examinamos los sentimientos que albergamos cuando somos lastimados, podemos hacernos responsables de ellos y hacer conscientes los pensamientos irracionales que nos limitan para darles un manejo más asertivo, así podremos remplazarlos por unos pensamientos más sanos y cristianos. El doctor Albert Ellis fundador de la terapia racional emotiva, confirma clínicamente que las emociones no son causadas por un suceso solamente, sino por el punto de vista que se tiene de ese suceso, y concluye que la salud se restablece cuando estos puntos de vista irracionales se remplazan por puntos de vista más racionales; del mismo modo, que al sanar un recuerdo recibimos nueva salud cuando abandonamos nuestro punto de vista irracional adoptamos el punto de vista de Cristo.

10 ideas irracionales según el Dr. Ellis

1. Contra el amor. Debo ser amado y aceptado por los que son importantes para mí y debo estar a la altura de sus esperanzas
2. Contra el gozo. Debo ser perfectamente competente y exitoso en lograr mis metas para poder estar contento conmigo mismo
3. Contra la paz verdadera (presente en medio de las pruebas) Es más fácil evitar algunas responsabilidades y dificultades en lugar de enfrentarlas. Si las ignoro acabaran por desaparecer.
4. Contra la paciencia. Debo encontrar una solución rápida y perfecta para mi problema
5. Contra la piedad. Algunas personas son malas y merecen que se les culpe y castigue severamente por sus pecados
6. Contra la bondad Debo estar preparado para lo peor, fijándome constantemente en lo que pueda ser malo, peligroso o terrible
7. Contra la fidelidad (a través de los años) He sido moldeado por el pasado y es muy tarde para cambiar
8. Contra la mansedumbre Es terrible cuando las cosas no salen como las he planeado
9. Contra el autodomínio. No tengo control sobre mi felicidad, todo lo que me pasa determina mi felicidad.
10. Contra la libertad (negar la ley) Es más fácil hacer las cosas del modo que me conviene, y no aceptar nuevas obligaciones.

Las emociones saludables producen cambios pero a costa de renunciar a las destructoras ventajas secundarias que producen placer y dolor. El cambio se produce cuando puedo ver las ideas irracionales que producen mis sensaciones destructivas.

DINÁMICA: Antes de entrar en la oración es conveniente aprender a identificar y expresar de una manera más consciente las vivencias, emociones y sentimientos, ideas y conductas que nos llevan a actuar de una manera determinada, por lo que se propone como primer paso la realización de un ejercicio en grupo donde se identifiquen las situaciones en las que las emociones afloran o han aflorado en el pasado, eligiendo emociones y sentimientos comunes, las personas con las que se manifiestan, su percepción al respecto y la expectativa que las genera.

b. ANALIZAR UNA SITUACIÓN SIMILAR EN LAS ESCRITURAS

En las escrituras existen múltiples pasajes que narran situaciones donde las personas atraviesan situaciones dolorosas (donde se manifiestan el miedo, el enojo, el regateo, la tristeza y la aceptación) que nos permiten entender cuál es la manera en que Dios propone enfrentarlas y superarlas, meditar adecuadamente estas situaciones resultan de gran ayuda para el doliente.

c. IDENTIFICAR LA PARTE SALUDABLE DE LA ETAPA

Entender que cada etapa del duelo tiene una función que permite a la persona enfrentar, resolver y recuperarse mejor de un evento doloroso es muy importante, ya que cuando estas etapas se viven adecuadamente y se les da el sentido correcto, permiten al individuo enfrentar y vivir de una manera más asertiva el proceso y avanzar para poder salir adelante y finalmente alcanzar la aceptación y sanación, recuperando gradualmente la normalidad de la vida y la capacidad para poder generar nuevos proyectos.

Es mejor no enfrentar a la persona a una herida bruscamente, sino esperar hasta que se esté lista para su tratamiento. **Al orar con otra persona no se trata de tocar las heridas que están en carne viva sino trabajar con aquello con lo que está listo para enfrentar con Cristo. La negación, como la preocupación, si se presentan con moderación provee una ayuda para superar los temores y para recuperar la salud.**

Cuando se bloquea el desarrollo de las etapas de duelo aparentemente se puede bloquear el dolor y sufrimiento que estas conllevan, pero esto es falso, ya que con ello se limita e incluso se puede llegar a bloquear la capacidad de amar y crecer de una manera responsable y sana. A veces se necesita un comportamiento como el de los miembros de AA, que enfrentan su situación solo día por día con lo que pueden trabajar.

d. COMPARTIR SENTIMIENTOS A TRAVÉS DE LA ORACIÓN

Cualquiera que sea la herida, cada etapa puede ser trabajada para su sanación con el pasaje de los discípulos de Emaús siguiendo estos tres pasos:

- 1.- Decir a Cristo lo que sentimos (compartir)
- 2.- Escuchar cuáles son los sentimientos que Él tiene
- 3.- Vivir con el corazón las reacciones de Cristo

Así obtendremos la curación gradualmente al permitirle a Cristo que tome nuestra reacción y que nos permita luego absorber su reacción mediante la oración contemplativa a través del perdón. Para sanar la herida, hay que estar lo suficientemente agradecidos por todos los sentimientos como para dejarlos atrás y poder empezar a dar y recibir amor. Hacerle a Cristo algunas preguntas puede ayudarnos a localizar la herida que Él quiere que compartamos. ¿Qué me gustaría que hubiese sido diferente en mi vida? ¿Qué necesitaría para que mi vida fuera perfecta? ¿A que le tengo miedo?

Después de compartir los sentimientos con Cristo se le pide que muestre los sentimientos que se quieren sanar. Para esto es necesario darle a Cristo la oportunidad de sanar mediante unos minutos de silencio y espera. A veces Cristo hace que la persona recuerde las heridas, pero otras veces las sana mientras se recuerda otro suceso o incluso mientras la persona duerme. Durante los sueños suceden muchas curaciones, especialmente si se pide la curación antes de dormir.

Cuando la oración consiste en hablar el 90% del tiempo y en escuchar solo el 10%, lo más probable es que la persona se sienta al final como se sentía al principio ¿Cómo se puede escuchar a un Jesús silencioso? No son los oídos sino el corazón el que escucha. Escuchar no es atender las palabras, sino mirar a Jesús con amorosa contemplación, como la que una madre tiene con su bebe recién nacido a quien dedicara toda su vida. Para permitir que cada palabra de Cristo penetre y pase de la cabeza al corazón, es necesario cerrar los ojos y relajarse centrados en Cristo, mientras más relajado y concentrado se este, mas puede el hablarle al inconsciente que no ha sido curado. Para eso es conveniente concentrarse en cada parte del cuerpo poniéndola en tensión y después aflojándola para entregársela a Jesús. Entonces se respira profunda y lentamente diciendo Jesús con reverencia y anhelo, con consciencia de que se le necesita tanto como el aire. Si se presenta alguna distracción, se vuelve a repetir Jesús hasta percibir su amor. No se está frente a un terapeuta,

sino ante Cristo y no se trata solo de reconocer un problema sino de absorber el amor de Cristo. La curación no se logra solo siguiendo un método rígido, sino alcanzando el corazón de Cristo, ya sea mediante la oración con las escrituras o imaginando activamente lo que Cristo haría o nos diría cuando hemos sido lastimados. Los pasos esenciales para ello son: enfrentar el daño, ensancharse hasta tener los pensamientos y el corazón de Cristo y vivir conforme a esas reacciones. Él nos dice 'no temas, comparte los que se te haga difícil de enfrentar, ambos hemos enfrentado cosas peores y hemos madurado por medio de la cruz'

La oración debe permitir a Cristo que tome nuestra reacción y que nos permita después absorber la suya, hasta alcanzar el perdón y la sanación. Aquí no se trata solo de reconocer nuestros problemas sino de absorber el amor incondicional y todo lo que necesitamos de Cristo a través de la oración. Cuando acepto que Jesús me ama con mis debilidades y carencias y cuando acepto el amor incondicional de Dios. Si en verdad estamos en contacto con nuestras emociones reales estamos cercanos a encontrarnos con Dios.

Un ejercicio cuando no sabemos por dónde empezar a trabajar el dolor que está presente en nuestra vida es el de preguntarnos ¿Quién es la persona que más nos lastimo en la vida? Y hacer oración por esa persona tratando de amarlo tanto como Jesús lo ama. Esto solo es posible cuando una persona ha entendido cuanto Dios lo ama, es entonces que puede perdonar al otro con ese mismo amor. Amamos a Cristo y nos amamos a nosotros tanto como a la persona que menos amamos. Cuando uno descubre que hace lo mismo que otras personas es más fácil perdonar y perdonarse las actitudes que lastiman. Jesús nos dice no tienes nada que temer si lo enfrentas conmigo.

Puedo decirle a Cristo lo que siento ¿que se necesitaría para que todo me pareciera perfecto? ¿Qué es lo que temo o evito? ¿Qué desearía que hubiese ocurrido de otra manera? ¿Quién desearía que fuera diferente? ¿a quién temo, evito, escucho a medias o amo menos que antes? ¿Cuál es la persona cuyo éxito se me hace más difícil agradecer a Dios? Si escribo o digo en voz alta las respuestas, obtendré generalmente una reacción más profunda, que me ayudara a captar lo que suena disfrazado o poco sincero.

Lo que sentimos implica frecuentemente niveles más profundos. Una vez que se ha localizado la situación se reconstruye en la imaginación para poder entregar a Cristo el recuerdo con todo el daño y destrucción que ocasiono. Mientras más se involucran los sentidos más se pueden entregar a Cristo para su sanación. Cristo les pidió a los discípulos en Emaús que sacaran todo lo que estuviera yendo mal a la luz. La barrera que más frecuentemente impide que sane un recuerdo es la de no poder enfrentar el enojo que produce una herida y no poder compartirlo con Cristo.

DINÁMICA: Elegir un lugar apacible y adoptar una posición relajada, después se lee el pasaje lentamente varias veces en voz alta para revivir la escena, para que pase de la cabeza al corazón, así entre más relajada esta la persona más fácilmente Cristo puede hablarle al inconsciente y curarlo. Realizar ejercicio de relajación concentrándose en cada parte del cuerpo entregándosela a Jesús y permitiendo que las tensiones salgan, haciendo respiraciones profundas y repitiendo el nombre de Jesús con reverencia y hambre puesto que lo necesito tanto como el aire que respiro. Si hay una distracción se vuelve a repetir su nombre hasta poder sentir su amor.

ORACIONES DE SANACIÓN

1.- Señor tu sabes lo especial que es esta persona, Jesús, rey de misericordia, yo te pido que a medida que ella escuche esta oración, tu Señor derrames tu gran misericordia en su vida. Entra en su corazón y llénalo de tu amor incondicional, de tu paz y alegría. Toca su mente, sus emociones, sus recuerdos y sánalos Señor.

Elimina sus miedos, libérala de sus angustias, quita sus preocupaciones. Entra en su corazón y cura las heridas de su historia de vida; el desamor, los rechazos, las inseguridades, las frustraciones de los sueños no realizados, las ilusiones perdidas, Sana su cuerpo, sus emociones, sus pensamientos. ¡Cúrala Señor!

Llena su vida de tu luz, de tu amor, de tu alegría, llénala de fe, esperanza y caridad. Hazle conocer la verdad, esa verdad que la hará libre. Llénala de ti, JESUS y enséñala a beber el agua viva.

Ilumina su vida Señor y enséñala a amarse como tu la amas.

Aléjala del mal y de la maldad, cúbreala con tu manto y protégela. Dale fuerza y ternura, entereza y dulzura, dale encanto y valor para enfrentar la adversidad. Dale Jesús tu gracia, tu alegría y amor. Haz que siempre reparta a los suyos tu PAZ Y VERDAD, que nunca faltes en su vida Señor. Bendice su hogar, su familia y amigos, bendice toda su vida. BENDICELA JESUS. AMEN

2.- Padre nuestro, a ti que nos amas con un amor incondicional, real, personal, pleno y eterno, y que deseas que te amemos igual; te pedimos en el nombre de Jesús nos concedas estar totalmente bien para poder alabarte sanos y felices. Permite que el Espíritu Santo se manifieste hoy para que nos enseñe la verdad y con ella nuestros cuerpos, mentes y espíritus sean sanados. Aumenta nuestra fe para creer en tu amor sanador. Padre líbranos de todo mal, protégenos contra los males físicos, psicológicos y espirituales que tenemos; Jesús ora con nosotros a tu Padre; tu que estas aquí, presente, vivo, humano-divino. Quita el dolor intenso que no deseas que tengamos en nuestra persona, en nuestra familia, ni en las personas por las que oramos; danos tu gracia, tu poder y tu autoridad, te permitimos que entres en nosotros y nos des tu armonía de mente y espíritu, tu tranquilidad y tu paz.

3.- Tu Jesús, que actúas porque estas vivo y eres hijo de Dios sananos, y unidos a ti permítenos tener vida y fe para confiar en tu amor y misericordia. Señor yo no soy digno de ti pero una palabra bastara para sanarme. Señor tú conoces nuestras necesidades morales y económicas y las de los nuestros escúchanos. Padre nuestro danos tu reino porque creemos en ti y sabemos que para ti no hay nada imposible. Jesús toca y saca las enfermedades que tenemos en el cuerpo, alma y espíritu que nos destruyen. Jesús en ti confiamos y te pedimos que con tu autoridad y poder renueves nuestro compromiso de recibir y agradecer tu amor sanador. AMEN

4.- ORACIÓN PARA ANTES DE DORMIR: Jesús cúrame y hazme como una esponja que se empapa en tu amor mientras duermo. Tráeme un sueño que sane aquello en lo que aún no he podido absorber tu amor. Hay que relajar todos los músculos. Curar el sueño es curar el subconsciente, por que soñamos lo que está luchando por volverse consciente. Escribir el sueño considerando especialmente los sentimientos del sueño es benéfico y ayuda a liberar la angustia ya que los sueños vienen en serie y se repiten hasta que son curados. La mayoría de los sueños manifiestan lo que se teme enfrentar cuando se está despierto, por lo que hay que enfrentarlo con Jesús para que Él nos ayude.

REFERENCIAS:

Consejo Pontificio de la Cultura y Consejo Pontificio para el Dialogo interreligioso (2003). Encíclica 'JESUCRISTO PORTADOR DE AGUA VIVA'

Lefter, S. (2015). Age 0 in the Harmonious Development of the Human Being. Elsevier. 203 Pp.425-428. Romania

Linn, D y M. (2008). Sanando las heridas de la vida, Ed. Patria, México