

No entristecer al Espíritu Santo

Rebeca Reynaud

En su Carta a los efesios dice San Pablo que no hay que entristecer al Espíritu Santo, con el que hemos sido sellados para el día de la redención. Y puede uno pensar, ¡cómo!, ¿se puede entristecer al Espíritu Santo? ¿Cómo le hago para no entristecerlo? Y el mismo Pablo responde: "Que desaparezca de ustedes toda amargura, ira, indignación, griterío o blasfemia y cualquier clase de malicia. Sean, por el contrario, benévolo unos con otros, compasivos, perdonándose mutuamente como Dios nos perdonó en Cristo (4,30-32). En otro momento nos aconseja evitar "la fornicación y toda impureza o avaricia, palabras torpes y conversaciones vanas" (5,4).

A veces se nos olvida dar gracias por los beneficios recibidos, y nos quejamos demasiado. La persona que logra desterrar las quejas, deja fuera los pensamientos negativos, y consecuentemente son más felices. Cuanto más se queja una persona, más se quejan los que están a su alrededor.

Unas personas hicieron un experimento: no quejarse durante un mes. Las quejas contaminan el ambiente. Hay que definir "queja". Una queja es un comentario que nos hace sentirnos superados por esa realidad. Hay acciones para estar un mes sin quejas: entre ellas, está que traduzcamos las quejas en soluciones. Si hace frío, abriguémonos más, que cada queja vaya acompañada de una solución. Usemos el "pero" positivo. Si se nos escapa una queja, añadamos un "pero" que neutralice lo negativo. "No me gustan las lentejas pero tienen mucho hierro". Cambiemos el "tengo que" por el "voy a". En lugar de "tengo que sacar la basura", "voy a sacar la basura". De ese modo eliminamos una obligación y la transformamos en disposición para la acción (artículo: ¿Y si no nos quejáramos tanto?).

¡Cuántas veces nos ha venido bien convivir con una persona antipática o neurótica! Son retos. Viene bien tener cerca una neurótica o un enfermo, pues eso nos va puliendo.

El buen humor es la verdad llena de simpatía. Hay que acostumbrarnos a ver a Dios detrás de todo. A veces le echamos la culpa a una persona, a un jefe o a una institución, ¡y es Dios quien está detrás! corrigiéndonos.

Que importante es que caminemos *in novitate sensu*, con la novedad de encontrar que todo es gracia, que cada día supone un regalo inmenso de Dios a cada uno. Es conveniente que nos demos cuenta del mal que hay en el mundo, pero sin dejarnos abatir por los trazos sombríos. Analizamos las realidades terrenas con el optimismo de los hijos de Dios, que no se amilana ante ellas.

Sana Teresa de Jesús decía a su comunidad: "Esta casa es un cielo, si le hay en la tierra, pero para quienes se contenta de sólo contentar a Dios".

El Papa Francisco twitteó: "Felices los que ven especialmente lo bueno de los demás".

Si es posible entristecer al Espíritu Santo, también es posible alegrarlo. ¿Cómo? Luchando por tener buen carácter con detalles pequeños a nuestro alcance, como manifestar amabilidad y amor a los que nos rodean y manifestar amor a Dios en la vida diaria.

En la iglesia de los capuchinos de Rovigo, Italia, el viacrucis tiene una estación sin terminar. Es la 11ª estación, que representa la crucifixión de Jesús. Faltan los clavos en las manos del Crucificado. Los visitantes preguntan cuál es la causa de la falta de los clavos, y el guía les explica. Se cuenta que el artista, Juan Milani, estaba trabajando en esa estación –ya estaba prácticamente lista, sólo le faltaban algunos retoques- cuando lo interrumpieron y tuvo que salir, y dejó abierta la puerta del taller. Al volver se encontró a su hijo, de pocos años, que arrancaba los clavos a Jesús con esmero. Su padre, conmovido ante la escena, no tuvo valor de volver a poner los clavos. Y así se quedó hasta hoy.

Arrancar los clavos a Jesús significa desagaviar su Corazón, hacer penitencia, rezar por nuestra conversión y la de los demás; aliviar el peso de nuestros hermanos, consolar al que sufre, visitar al que está solo, sonreír cada día... Y todo eso, seguramente alegrará al Espíritu Santo.