



En comunión con Él (II): “Ser agradecido, es de bien nacido”

## Descripción

### Dar las gracias

La gratitud lleva a las personas a notar las cosas buenas que tienen en su vida. Tomarse el tiempo para decir “[gracias](#)” implica valorar lo que uno tiene alrededor: personas, naturaleza, experiencias, por pequeñas que sean. Detente unos segundos y contempla tu vida: tu familia, tu trabajo, el mundo que te rodea y da las gracias por al menos 5 cosas que hayas recibido sin mediar gestión de tu parte.

Este ejercicio es de una fecundidad extraordinaria, porque nos damos cuenta de que somos sujeto de unos dones inmerecidos que el Señor nos ha dado porque... **¡Nos ama! ¡ Cuánto amor de Dios por ti hay detrás de ese trabajo estable que tienes, de la salud de la que gozas, de los amigos, del lugar donde vives, de la belleza de las estaciones etc!**

Así como el sibarita es capaz de detectar cada ingrediente detrás de una receta, la persona que tiene por norma no dar las cosas por sentadas y agradecer va palpando cada vez en las cosas más pequeñas la mano de Dios. Nada es obvio. Todo es [don](#). Y con humildad agradece ser tratado con tanto cariño y cuidado. Tú, ¿Puedes distinguir en qué “partecita” de tu vida se ve la mano de Dios? ¿Dónde ha ocurrido una transformación que no esperabas?



## El gran enemigo: Normalizar

Ahora te invito a ser un personaje más en el Evangelio. Como enseñaba San Josemaría, instálate en la escena como testigo de primera fila y atento observa la escena narrada en el evangelio de San Lucas (Lc 17, 11-19):

*Al ir de camino a Jerusalén, atravesaba los confines de Samaría y Galilea; y, cuando iba a entrar en un pueblo, le salieron al paso diez leprosos, que se detuvieron a distancia y le dijeron gritando:*

*—¡Jesús, Maestro, ten piedad de nosotros!*

*Al verlos, les dijo:*

*—Id y presentaos a los sacerdotes.*

*Y mientras iban quedaron limpios. Uno de ellos, al verse curado, se volvió glorificando a Dios a gritos, y fue a postrarse a sus pies dándole gracias. Y éste era samaritano. Ante lo cual dijo Jesús:*

*—¿No son diez los que han quedado limpios? Los otros nueve ¿dónde están? ¿No ha habido quien volviera a dar gloria a Dios más que este extranjero?*

*Y le dijo:*

*—Levántate y vete; tu fe te ha salvado.*

## El gran Milagro

Fue un milagro. Un gran milagro. Ser leproso no es una enfermedad menor. Y sin embargo, nueve de los diez sanados estaban tan contentos con su curación que olvidaron el motor de la misma. Normalizaron de inmediato su nueva condición. A nosotros nos puede pasar lo mismo.

Estamos tan acostumbrados a nuestros bienes, que olvidamos cuál leproso, quien permite esos pequeños y grandes milagros de nuestra vida.

Una forma concreta de ser agradecido con el Señor es [darle gracias](#) durante la jornada.

Al levantarte, dar gracias por el nuevo día que vas a vivir; Dar gracias porque eres libre para poder asistir a misa; por las pequeñas comodidades de las que disfrutas. Sé imaginativo, lleva a tu momento de oración diez cosas por las que dar gracias.



## Un regalo

Tal como los leprosos, podemos acostumbrarnos y normalizar el gran milagro que vivimos cuando participamos en la Santa Misa. Dios mismo escondido en un pan. Al comulgar, Dios se queda al menos 10 minutos dentro de nosotros. Cada uno es un sagrario humano ¿Lo has pensado alguna vez? ¡Cómo no vamos a agradecer este regalo!

Ser agradecido es de bien nacido, dice un dicho popular.

Por eso la iglesia nos invita a vivir una costumbre que se llama la “Acción de gracias”, que consiste en quedarse un tiempo después de la bendición final de la misa. ¿Qué se hace durante esos minutos? Se trata de sentarse o arrodillarse y ser conscientes que el Señor está dentro de nosotros.



### **Acción de gracias**

Le damos las gracias por ser tan humilde y quedarse en un sencillo pan, como dice Santo Tomás de Aquino en su oración Adoro te Devote “te adoro con devoción Dios escondido, oculto bajo estas apariencias; a Ti se somete mi corazón por completo y se rinde totalmente al contemplarte”.

Durante la acción de gracias, al terminar la misa, damos gracias por todos nuestros bienes y nuestros trabajos. Aquello que nos cuesta también debemos agradecer, pues son las puertas por las que Dios nos ofrece su ayuda.

¿Te cuesta una persona, o una relación? Quizás ahí el Señor te está pidiendo más paciencia, perdón, diligencia, entrega...la acción de gracias después de la misa es el momento para conversarlo con el Señor pues tienes a Dios mismo dentro de ti.



## Como la Virgen

Igual que la Virgen lo tuvo en sus entrañas, tú lo tienes en tu cuerpo y te puede transformar. Tal como la comida transforma tu cuerpo, la hostia transforma tu alma. Pero esto es una posibilidad que se activa solo si tienes las disposiciones adecuadas. Y en la acción de gracias puedes hablarle al Señor de tus disposiciones interiores en los temas que te afligen. La acción de gracias es **EI MOMENTO**, con mayúscula.

Pide a la Virgen María que de luces para tratar a su Hijo durante esos momentos...son solo [10 minutos](#)  
...

