

Francisco Fernández Carvajal

## ACCIONES DE GRACIAS

- El agradecimiento a Dios por todos los bienes es una manifestación de fe, de esperanza y de amor. Innumerables motivos para ser agradecidos.
- Ver la bondad de Dios en nuestra vida. La virtud humana de la *gratitud*.
- La *acción de gracias* después de la Santa Misa y de la Comunión.

I. *Te daré gracias entre las naciones, Señor; contaré tu fama a mis hermanos. Aleluya*<sup>1</sup>, rezamos en la Antífona de entrada de la Misa.

Constantemente nos invita la Sagrada Escritura a dar gracias a Dios: los himnos, los salmos, las palabras de todos los hombres justos están penetradas de alabanza y de agradecimiento a Dios. *¡Bendice, alma mía, a Yahvé y no olvides ninguno de sus favores!*<sup>2</sup>, dice el Salmista. El agradecimiento es una forma extraordinariamente bella de relacionarnos con Dios y con los hombres. Es un modo de oración muy grato al Señor, que anticipa de alguna manera la alabanza que le daremos por siempre en la eternidad, y una manera de hacer más grata la convivencia diaria. Llamamos precisamente *Acción de gracias* al sacramento de la Sagrada Eucaristía, por el que adelantamos aquella unión en que consistirá la bienaventuranza eterna.

En el Evangelio vemos cómo el Señor se lamenta de la ingratitud de unos leprosos que no saben ser agradecidos: después de haber sido curados ya no se acordaron de quien les había devuelto la salud, y con ella su familia, el trabajo..., la vida. Jesús se quedó esperándolos<sup>3</sup>. En otra ocasión se duele de la ciudad de Jerusalén, que no percibe la infinita misericordia de Dios al visitarla<sup>4</sup>, ni el don que le hace el Señor al tratar de acogerla como la gallina reúne a sus polluelos bajo las alas<sup>5</sup>.

Agradecer es una forma de expresar la fe, pues reconocemos a Dios como fuente de todos los bienes; es una manifestación de esperanza, pues afirmamos que en Él están todos los bienes; y lleva al amor<sup>6</sup> y a la humildad, pues nos reconocemos pobres y necesitados. San Pablo exhortaba encarecidamente a los primeros

cristianos a que fueran agradecidos: *Dad gracias a Dios, porque esto es lo que quiere Dios que hagáis en Jesucristo*<sup>7</sup>, y considera la ingratitud como una de las causas del paganismo<sup>8</sup>.

«San Pablo –señala San Juan Crisóstomo– da gracias en todas sus cartas por todos los beneficios de la tierra. Démoslas también nosotros por los beneficios propios y por los ajenos, por los pequeños y por los grandes»<sup>9</sup>. Un día, cuando estemos ya en la presencia de Dios para siempre, comprenderemos con entera claridad que no solo nuestra existencia se la debemos a Él, sino que toda ella estuvo llena de tantos cuidados, gracias y beneficios «que superan en número a las arenas del mar»<sup>10</sup>. Nos daremos cuenta de que no tuvimos más que motivos de agradecimiento a Dios y a los demás. Solo cuando la fe se apaga se dejan de ver estos bienes y esta grata obligación.

«Acostúmbrate a elevar tu corazón a Dios, en acción de gracias, muchas veces al día. —Porque te da esto y lo otro. —Porque te han despreciado. —Porque no tienes lo que necesitas o porque lo tienes.

»Porque hizo tan hermosa a su Madre, que es también Madre tuya. —Porque creó el sol y la luna y aquel animal y aquella otra planta. —Porque hizo a aquel hombre elocuente y a ti te hizo premioso...

»Dale gracias por todo, porque todo es bueno»<sup>11</sup>.

II. El Señor nos enseñó a ser agradecidos hasta por los favores más pequeños: *Ni un vaso de agua que deis en mi nombre quedará sin su recompensa*<sup>12</sup>. El samaritano que volvió a dar gracias se marchó con un don todavía mayor: la fe y la amistad del Señor: *Levántate y vete, tu fe te ha salvado*, le dijo Jesús<sup>13</sup>. Los nueve leprosos desagradecidos se quedaron sin la parte mejor que les había reservado. El Señor espera de nosotros los cristianos que cada día nos acerquemos a Él para decirle muchas veces: «¡Gracias, Señor!».

Como virtud humana, la gratitud constituye un eficaz vínculo entre los hombres y revela con bastante exactitud la calidad interior de la persona. «Es de bien nacidos

ser agradecidos», dice la sabiduría popular. Y si falta esta virtud se hace difícil la convivencia humana.

Cuando somos agradecidos con los demás guardamos el recuerdo afectuoso de un beneficio, aunque sea pequeño, con el deseo de pagarlo de alguna manera. En muchas ocasiones solo podremos decir «*gracias*», o algo parecido. En la alegría que ponemos en ese gesto va nuestro agradecimiento. Y todo el día está lleno de pequeños servicios y dones de quienes están a nuestro lado. Cuesta poco manifestar nuestra gratitud y es mucho el bien que se hace: se crea un mejor ambiente, unas relaciones más cordiales, que facilitan la caridad.

La persona agradecida con Dios lo es también con quienes la rodean. Con más facilidad sabe apreciar esos pequeños favores y agradecerlos. El soberbio, que solo está en sus cosas, es incapaz de agradecer; piensa que todo le es debido.

Si estamos atentos a Dios y a los demás, apreciaremos en nuestro propio hogar que la casa esté limpia y en orden, que alguien haya cerrado las ventanas para que no entre el frío o el calor, que la ropa esté limpia y planchada... Y si alguna vez una de estas cosas no está como esperábamos, sabremos disculpar, porque es incontablemente mayor el número de cosas gratas y favores recibidos.

Y al salir a la calle, el portero merece nuestro agradecimiento por guardar la casa, y la señora de la farmacia que nos ha proporcionado las medicinas, y quienes componen el periódico y han pasado la noche trabajando, y el conductor del autobús... Toda la convivencia humana está llena de pequeños servicios mutuos. ¡Cómo cambiaría esta convivencia si además de pagar y de cobrar lo justo en cada caso, lo agradeceríamos! La gratitud en lo humano es propio de un corazón grande.

III. Las acciones de gracias frecuentes deben informar nuestro comportamiento diario con el Señor, porque estamos rodeados de sus cuidados y favores: «nos inunda la gracia»<sup>14</sup>. Pero existe un momento muy extraordinario en el que el Señor nos llena de sus dones, y en él debemos ser particularmente agradecidos: la acción de gracias que sigue a la Misa.

Nuestro diálogo con Jesús en esos minutos debe ser particularmente íntimo, sencillo y alegre. No faltarán los actos de adoración, de petición, de humildad, de desagravio y de agradecimiento. «Los santos (...) nos han dicho repetidamente que la acción de gracias sacramental es para nosotros el momento más precioso de la vida espiritual»<sup>15</sup>.

En esos momentos debemos cerrar la puerta de nuestro corazón para todo aquello que no sea el Señor, por muy importante que pueda ser o parecer. Unas veces nos quedaremos a solas con Él y no serán necesarias las palabras; nos bastará saber que Él está allí, en nuestra alma, y nosotros en Él. Bastará poco para estar hondamente agradecidos, contentos, experimentando la verdadera amistad con el Amigo. Allí cerca están los ángeles, que le adoran en nuestra alma... En ese momento el alma es lo más semejante al Cielo en este mundo. ¿Cómo vamos a estar pensando en otras cosas...?

En otras ocasiones echaremos mano de esas oraciones que recogen los devocionarios, que han alimentado la piedad de generaciones de cristianos durante muchos siglos: *Te Deum*, *Trium puerorum*, *Adoro te devote*, *Alma de Cristo...*, y otras muchas, que los santos y los buenos cristianos que han amado de verdad a Jesús Sacramentado nos han dejado como alimento de nuestra piedad.

«El amor a Cristo, que se ofrece por nosotros, nos impulsa a saber encontrar, acabada la Misa, unos minutos para una acción de gracias personal, íntima, que prolongue en el silencio del corazón esa otra acción de gracias que es la Eucaristía. ¿Cómo dirigirnos a Él, cómo hablarle, cómo comportarse?

»No se compone de normas rígidas la vida cristiana (...). Pienso, sin embargo, que en muchas ocasiones el nervio de nuestro diálogo con Cristo, de la acción de gracias después de la Santa Misa, puede ser la consideración de que el Señor es, para nosotros, Rey, Médico, Maestro, Amigo»<sup>16</sup>.

*Rey*, porque nos ha rescatado del pecado y nos ha trasladado al reino de la luz. Le pedimos que reine en nuestro corazón, en las palabras que pronunciamos en ese día, en el trabajo que le hemos ofrecido, en nuestros pensamientos, en cada una de

nuestras acciones.

En la Comunión vemos a Jesús como *Médico*, y junto a Él encontramos el remedio de todas nuestras enfermedades. Acudimos a la Comunión como se llegaban a Él los ciegos, los sordos, los paralíticos... Y no olvidamos que tenemos en nuestra alma, a nuestra disposición, la Fuente de toda vida. Él es la *Vida*.

Jesús es el *Maestro*, y reconocemos que Él tiene palabras de vida eterna..., y en nosotros ¡existe tanta ignorancia! Él enseña sin cesar, pero debemos estar atentos. Si estuviéramos con la imaginación, la memoria, los sentidos dispersos... no le oiríamos.

En la Comunión contemplamos al *Amigo*, el verdadero Amigo, del que aprendemos lo que es la amistad. A Él le contamos lo que nos pasa, y siempre encontramos una palabra de aliento, de consuelo... Él nos entiende bien. Pensemos que está con la misma presencia real con la que se encuentra en el Cielo, que le rodean los ángeles... En ocasiones pediremos ayuda a nuestro Ángel Custodio: «Dale gracias por mí, tú lo sabes hacer mejor». Ninguna criatura como la Virgen, que llevó en su seno durante nueve meses al Hijo de Dios, podrá enseñarnos a tratarle mejor en la *acción de gracias* de la Comunión. Acudamos a Ella.

**1** Antífona de entrada. *Sal* 17, 50; 21, 23. — **2** *Sal* 102, 2. — **3** Cfr. *Lc* 17, 11 ss. — **4** Cfr. *Lc* 19, 44. — **5** Cfr. *Mt* 23, 37. — **6** Cfr. SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 2-2, q. 101, a. 3. — **7** *1 Tes* 5, 18. — **8** Cfr. *Rom* 1, 18-32. — **9** SAN JUAN CRISÓSTOMO, *Homilías sobre San Mateo*, 25, 4. — **10** *Ibidem*. — **11** SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 268. — **12** *Mt* 10, 42. — **13** *Lc* 17, 19. — **14** CH. JOURNET, *Charlas acerca de la gracia*, Madrid 1979, p. 17. — **15** R. GARRIGOU-LAGRANGE, *Las tres edades de la vida interior*, Palabra, 4ª ed., Madrid 1982, vol. I, p. 489. — **16** SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*,

Nota: Ediciones Palabra (poseedora de los derechos de autor) sólo nos ha autorizado a difundir la meditación diaria a usuarios concretos para su uso personal, y no desea su distribución por fotocopias u otras formas de distribución.