



## MEDITACIÓN

4. junio

---



### INVOCACIÓN AL ESPÍRITU SANTO

¡Aquí estamos, Señor, Espíritu Santo!

¡Aquí estamos!

Limitados, sí, por la malicia del pecado, pero confiados en Ti.

Ven y quédate con nosotros:

dígnate infundirte en lo más íntimo de nuestros corazones.

Enséñanos en qué tenemos que ocuparnos,

hacia dónde hemos de dirigir nuestros esfuerzos;

haznos saber lo que debemos realizar,

para que con tu ayuda te podamos agradecer en todo.

Sé tú solo quien inspires y llesves a feliz término nuestras decisiones.

No permitas que seamos perturbadores de la justicia tú que amas, sobre todo, la equidad en sumo grado.

Que la ignorancia no nos arrastre al mal, ni el aplauso nos desvíe, ni nos corrompa el interés de lucro, o la preferencia de personas; antes bien, únenos a ti de modo eficaz por el don de tu sola gracia.

Que seamos uno en ti

y en nada nos apartemos de la verdad.

Amén.

# EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS

---

*¿Qué hace el Espíritu Santo en mi vida?*

**El Espíritu Santo me abre a Dios; me enseña a orar y me ayuda a estar disponible para los demás.**

«El huésped silencioso de nuestra alma», así llama san Agustín al Espíritu Santo. Quien quiera percibirlo debe hacer silencio. Con frecuencia este huésped habla bajito dentro de nosotros, por ejemplo en la voz de nuestra conciencia o mediante otros impulsos internos y externos.

Ser «templo/santuario del Espíritu Santo» ( *¿O no sabéis que vuestro cuerpo es santuario del Espíritu Santo, que está en vosotros y lo habéis recibido de Dios, y que no os pertenecéis? 1 Cor 6, 19*) quiere decir estar en cuerpo y alma a disposición de este huésped, del *Dios en nosotros*.

Nuestro cuerpo es por tanto, en cierto modo, el “cuarto de estar” de Dios.

Cuanto más nos abramos al Espíritu Santo en nosotros, tanto más se convertirá en maestro de nuestra vida, tanto más nos concederá también hoy sus “Carismas”, que son dones al servicio de la comunidad, son dones para la edificación de la Iglesia.

De este modo, en lugar de las “obras de la carne”, (Según Gál 5,19ss se cuentan entre ellas: fornicación, impureza, libertinaje, idolatría, enemistades, discordia, envidia, cólera, ambiciones, divisiones, rivalidades, disensiones, borracheras y orgías y cosas semejantes.) crecerá en nosotros los “frutos del Espíritu”: ( Según Gal 5,22-23 Amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, lealtad, modestia, dominio de sí)

# EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS

---

**Frutos de la presencia del Espíritu en nosotros.**

## AMOR

---

Donde está el Espíritu de Dios hay amor.

El amor es más que un sentimiento. Si no fuera así, sólo sentiríamos amor hacia un dulce bebé o un rostro hermoso.

Pero también amamos a los que no son amables. Amamos a una persona rota por la droga, amamos a uno que ha fracasado, amamos a los que no cuentan, amamos a los que no pueden darnos algo, amamos a los que están metidos en el egoísmo o el orgullo. Nadie está fuera del amor de un cristiano. Y es que nadie está fuera del amor de Dios.

Cuando el Espíritu Santo enciende en nosotros el amor de Dios buscamos transformar todo comenzando por el mundo de las relaciones humanas y queremos una sociedad más amable y más justa. ¡Menuda tarea!

Con el amor de Dios dentro de ti ves todo con ojos nuevos. No tienes enemigos y no estás siempre pendiente de ti. Ya el centro de tu vida no eres tú mismo. ¡Menudo cambio!

## ALEGRÍA

---

Donde está el Espíritu de Dios hay alegría.

Imagínate los momentos más alegres de tu vida...

Pues hay una alegría mayor. Jesús ha vencido al pecado y la muerte. ¡Qué fuerte! Ya no va a triunfar ninguna clase de maldad. La salvación es posible. Pero todavía hoy tenemos que cargar con un montón de problemas. La alegría del cristiano no dice que todo

## **EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS**

---

está bien. No. Hay bastante mal. Pero ese mal no tiene la última palabra. Jesús lo ha vencido.

La alegría que vive un cristiano es que se sabe amado incondicionalmente por Dios. Nada ni nadie puede apartarlo de ese amor que Dios le tiene.

Y la alegría que vive el cristiano es que en él mismo el mal está siendo vencido. Y así el pesimismo no es el estilo de vida del cristiano.

### **PAZ**

---

Donde está el Espíritu Santo hay paz.

Cesa toda inquietud interior. No estás siempre pensando en el mal que otros te han hecho.

La tristeza desciende. No estas pendiente de lo que otros piensen de ti. Ni tus debilidades te condenan puesto que eres un perdonado siempre dispuesto al perdón.

El miedo se escabulle pues Dios camina contigo.

Encuentras el equilibrio interior pues no te dejas arrastrar por tus pasiones como una hoja por el viento. Y es que muchas veces has rezado "no nos dejes caer en la tentación..."

Otros buscan tu cercanía y tu amistad, porque estás en paz contigo mismo y con las demás personas, incluso con los animales. La paz en tu corazón te hace sentirte bien.

# EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS

---

## PACIENCIA

---

Donde está el Espíritu Santo hay paciencia.

Paciencia quiere decir que tienes un ánimo que aguanta situaciones difíciles. Los "prontos" son cosas del pasado.

Encajas los reveses como si nada. Hace falta mucha fortaleza para resistir las dificultades que otros me presentan. Y sigues amando y esforzándote en la vida aunque a veces no veas buenos resultados. El Espíritu Santo te convierte en un luchador nato, que nunca abandona. Los demás se preguntan de dónde sacas tu fuerza. Tú sí lo sabes: la oración.

## AMABILIDAD

---

Donde está el Espíritu Santo hay amabilidad.

Haces la vida a tu alrededor más amable.

Cada día tienes oportunidad de ser amable: Escuchas las dificultades de otro, le echas una mano en sus problemas... Colaboras en la casa...

La Madre Teresa les inculcaba a sus hermanas, que se ocupaban de los moribundos: "No basta con que los asistáis; ¡debéis hacerlo con una sonrisa!".

## BONDAD

---

Donde está el Espíritu Santo hay bondad.

Dios es inmensamente bueno. Dios es "amor sin medida".

Hacer el bien nos transporta rápidamente cerca de Dios. Quien continuamente hace el bien, se convierte automáticamente en

## **EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS**

---

"bondadoso", es decir, actúa por costumbre haciendo el bien a los demás.

Mucha gente hace el bien y no nos damos cuenta. Son los santos de cada día. QUITAN problemas y no los ponen. No piensan siempre en ellos y en su vivir diario tienen en cuenta a los otros.

Podemos ser bondadosos de un modo sencillo: hablas con un desgraciado, ayudas a un niño, hablas con alguien que está solo, escuchas durante un largo rato a una persona mayor, te preocupas de los problemas de otros...

Cerca de una persona bondadosa se puede respirar hondo y revivir.

### **LEALTAD**

---

Donde está el Espíritu Santo hay lealtad.

Dios no es ahora "así" y luego "asá". Puedes fiarte de él al cien por cien, aunque a veces responda a tus peticiones de manera diferente a tus deseos.

Él es fiel aun cuando tú le traicionas a él ya otras personas miles de veces.

El Espíritu Santo te ayuda a que tu corazón sea firme y a que tú seas "fiel hasta la muerte", un fiel reflejo del Dios fiel. Te ayuda a mantenerte en tus convicciones y compromisos...

### **MANSEDUMBRE**

---

Donde está el Espíritu Santo, hay mansedumbre.

Tendrás valor, pero serás manso, es decir, tu valor no es violento ni destruye más de lo que construye; sino que cura y crea algo hermoso.

## **EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS**

---

Tendrás valor, pero en combinación con amor y paciencia. Realizar algo grande con una paciencia amorosa, ésta es la audacia que agrada a Dios.

Jesús redimió al mundo mediante un tipo especial de osadía: recorrió el camino de la no violencia hasta la cruz.

### **DOMINIO DE SI**

---

Donde está el Espíritu Santo hay dominio de sí.

El Espíritu Santo dentro de ti logra que llegues a ser completamente tú mismo. Ya no estarás obsesionado por cosas que te aprisionan, personas de quienes te hiciste dependiente, dirigentes que te mangonean. Ya no te dejarás llevar por la codicia, ya no eres esclavo de tus pasiones. Serás libre para hacer lo que deseas hacer desde el fondo de tu corazón. Hacer el bien, que es para lo que te ha creado Dios.

# EL ESPIRITU SANTO EN CADA UNO DE NOSOTROS

---

## INVOCACION AL ESPIRITU SANTO

Ven, Espíritu Santo,  
llena los corazones de tus fieles  
y enciende en ellos el fuego de tu  
amor.

Envía, Señor, tu Espíritu  
y serán creadas las cosas.  
Y renovarás la faz de la tierra.

Ven, Espíritu Santo  
y envía desde el cielo un rayo de  
tu luz.

Ven, Padre de los pobre,  
ven a darnos tus dones.  
Penetra con tu santa luz  
en lo más íntimo  
del corazón de tus fieles.

Sin tu ayuda divina  
no hay nada en el hombre,  
nada que sea inocente.  
Lava nuestras manchas,  
riega nuestra aridez,  
cura nuestras heridas.  
Suaviza nuestra dureza,  
elimina nuestra frialdad,  
corrige nuestros desvíos.

Concede a tus fieles,  
que confían en Ti,  
tus siete dones sagrados.  
Premia nuestra virtud,  
Salva nuestras almas,  
Danos la eterna alegría.  
Amén.