

Un hogar de paz y felicidad 45

La gratitud

En el libro del Éxodo, la Torá describe las famosas Diez Plagas con las que el creador golpeó a Egipto por medio de Moisés. Cuando hubo que golpear la tierra para ejecutar la plaga de los piojos, Dios ordenó a Aarón, el hermano de Moisés, que él golpee la tierra.

De aquí podemos entender el gran significado y la importancia de la gratitud. Hay que ser agradecido hasta con un objeto inanimado a pesar que no hace el bien por elección, y recordarlo toda la vida. La naturaleza de la tierra es que se la puede excavar y cubrir cosas con ella, ¡es su función! Y no sólo eso, ¡sino que la tierra ayudó a Moisés sólo una vez sesenta años atrás - y aún el Creador nos enseña que hay que ser agradecido por su ayuda! Aprendemos entonces que una deuda de gratitud no pierde validez con el pasar de los años. Por la cálida virtud de un objeto inanimado, el creador no quiso que Moisés fuera quien hiriera la tierra. Por causa de un poco de arena de Egipto, ¡fue agradecido con toda la arena del mundo!

Y si estamos obligados a demostrar tal gratitud hasta por favores involuntarios de objetos inanimados, cuánto más debemos sentir y expresar gratitud -sin límites- por la voluntaria bondad de nuestros semejantes. Tanto más la gratitud que debe sentir el hombre por su esposa que es la persona más cercana a él en el mundo. Por lo tanto, debe hacer todo lo que está a su alcance para no angustiarse o ser desagradecido por toda la bondad y favores que ella le hace.

Las consecuencias de la ingratitud

quien no reconoce los favores de su prójimo, llegará finalmente a negar los favores del Creador. En otras palabras, para que una persona alcance un verdadero sentido de la gratitud por la bondad del señor, primero debe reconocer y expresar gratitud a Sus “emisarios”, por medio de los cuales recibe Su bondad. Como en el caso de Moisés y la arena, la gratitud no debe manifestarse sólo con las personas. Debemos sentir y expresar nuestra gratitud a toda la Creación: hombre, animal, plantas - ¡e incluso objetos inanimados! La ingratitud de una persona hacia los mensajeros del señor refleja gran falta de conciencia de las bondades que le llegan. Tal persona toma también la bondad del Creador como algo obvio.

La ingratitud hacia el “canal” por el cual el creador está entregando Su bondad, es virtualmente ingratitud hacia Él. Al no ser agradecido a los “agentes” del Creador, el hombre nunca reconocerá ni mostrará gratitud por la constante Supervisión Divina que misericordiosamente lo guía, sustenta y ayuda cada momento del día, siete días a la semana, ¡toda la vida!

Es por eso que una persona nunca debe mostrar desprecio o desdén por ningún objeto que le ayudó o continuamente le ayuda, por ejemplo, nunca debería pisotear su ropa. Hay que ser extremadamente cuidadoso para evitar maltratar a alguien y especialmente a quien alguna vez le ha hecho un bien, aunque sea pequeño. “Nunca humilles a una persona que alguna vez te ha dado o te ha hecho algún beneficio”. El insulto y la humillación son considerados terribles transgresiones en la Torá. Toda persona debe evitar humillar e insultar a otro ser humano, especialmente si le ha hecho un favor en el pasado. **Tanto más, el esposo nunca debería insultar ni humillar a su mujer.** No importa si llevan un año o veinte años de casados, seguramente ella le ha hecho no sólo un favor, sino miles de favores. Por lo tanto, él debe manifestar plenamente su gratitud hacia ella, decírselo muchas veces al día y agradecerle por todo el bien que le llega de ella.

Llevar a la práctica

La gratitud toma tiempo, esfuerzo para desarrollarse y hay que practicarla. Una manera de hacerlo es tomar una libreta de anotaciones y escribir todos los beneficios que se ha recibido de la esposa. Si el hombre escribiera sólo una ínfima parte de los beneficios que su esposa le ha hecho, el cuaderno se llenaría rápidamente. Para escribir todo lo que ella ha hecho por él alguna vez podría llenar bibliotecas enteras. Luego, debería repasar todos esos buenos actos, dirigirse a su mujer y expresar su gratitud: “Gracias por haber hecho tal y tal cosa por mí. Gracias por esto y gracias por lo otro. Te agradezco por todo y Le agradezco al Creador del Universo por haberte traído a mi lado y por haberme prodigado tantos beneficios a través de ti”.

Este “cuaderno de gratitud” es una buena práctica para recordar y reconocer a cada uno que nos ha beneficiado, nuestros padres, hijos, amigos, vecinos, colegas - ¡todos! Escribe una lista con todas las cosas buenas que ellos han hecho por ti y exprésales tu aprecio. Contempla incluso los objetos inanimados que te sirven. De esta forma puedes aprender a ser agradecido y fortalecer tu fe en el Creador. Nunca te olvides de agradecer al creador por la brisa fresca, por una acogedora lluvia o por una inspiradora puesta del sol. La gratitud seguro que te guiará a una mayor apreciación de la vida y a una actitud positiva.

Pero recuerda bien, antes que cualquier otra persona - la gratitud del hombre comienza con su esposa. La Mala Inclinación hace todo lo posible para arruinar la relación del hombre con su esposa, porque sabe que si destruye el hogar destruye dos almas y mostrándole siempre las deficiencias de ella. Ten cuidado y no te dejes engañar. ¡Tu esposa es la persona más cercana a ti y la que más merece tu agradecimiento!

Aunque sea imposible anotar en la libreta todas las buenas acciones, por lo menos se debería anotar las más conocidas y sobresaliente y cada vez añadir a la lista los nuevos beneficios recibidos.

Es muy importante que el marido dé a conocer a su mujer que no ignora los actos de bondad que ella hace por él. Cuando la mujer comprueba su reconocimiento y que le agradece y la alaba, su comportamiento le da fuerzas para vivir y para continuar actuando de ese modo. Ella valora más a su marido, ya que un hombre agradecido provoca un gran deseo de hacer más y más cosas por él.