

## El arte de bendecir

*Al despertar, bendecid vuestra jornada, porque está ya desbordando de una abundancia de bienes que vuestras bendiciones harán aparecer. Porque bendecir significa reconocer el bien infinito que forma parte integrante de la trama misma del universo. Ese bien lo único que espera es una señal vuestra para poder manifestarse.*

*Al cruzaros con la gente por la calle, en el autobús, en vuestro lugar de trabajo, bendecid a todos. La paz de vuestra bendición será la compañera de su camino, y el aura de su discreto perfume será una luz en su itinerario. Bendecid a los que os encontréis, derramad la bendición sobre su salud, su trabajo, su alegría, su relación con Dios, con ellos mismos y con los demás. Bendecidlos en sus bienes y en sus recursos. Bendecidlos de todas las formas imaginables, porque esas bendiciones no sólo esparcen las semillas de la curación, sino que algún día brotarán como otras tantas flores de gozo en los espacios áridos de vuestra propia vida.*

*Mientras paseáis, bendecid vuestra aldea o vuestra ciudad, bendecid a los que la gobiernan y a sus educadores, a sus enfermeras y a sus barrenderos, a sus sacerdotes y a sus prostitutas. En cuanto alguien os muestre la menor agresividad, cólera o falta de bondad, responded con una bendición silenciosa. Bendecidlos totalmente, sinceramente, gozosamente, porque esas bendiciones son un escudo que los*

*protege de la ignorancia de sus maldades, y cambia de rumbo la flecha que os han disparado.*

*Bendecir significa desear y querer incondicionalmente, totalmente y sin reserva alguna el bien ilimitado -para los demás y para los acontecimientos de la vida-, haciéndolo aflorar de las fuentes más profundas y más íntimas de vuestro ser. Esto significa venerar y considerar con total admiración lo que es siempre un don del Creador, sean cuales fueren las apariencias. Quien sea afectado por vuestra bendición es un ser privilegiado, consagrado, entero. Bendecir significa invocar la protección divina sobre alguien o sobre algo, pensar en él con profundo reconocimiento, evocarle con gratitud. Significa además llamar a la felicidad para que venga sobre él, dado que nosotros no somos nunca la fuente de la bendición, sino simplemente los testigos gozosos de la abundancia de la vida.*

*Bendecirlo todo, bendecir a todos, sin discriminación alguna, es la forma suprema del don, porque aquellos a los que bendecís nunca sabrán de dónde vino aquel rayo de sol que rasgó de pronto las nubes de su cielo, y vosotros raras veces seréis testigos de esa luz que ha iluminado su vida.*

*Cuando en vuestra jornada surja algún suceso inesperado que os desconcierte y eche por tierra vuestros planes, explotad en bendiciones, porque entonces la vida está a punto de enseñaros una lección, aunque su copa pueda pareceros amarga. Porque ese acontecimiento que creéis tan indeseable, de hecho lo habéis suscitado vosotros mismos para aprender*

*la lección que se os escaparía si vacilaseis a la hora de bendecirlo. Las pruebas son otras tantas bendiciones ocultas. Y legiones de ángeles siguen sus huellas.*

*Bendecir significa reconocer una belleza omnipresente, oculta a los ojos materiales. Es activar la ley universal de la atracción que, desde el fondo del universo, traerá a vuestra vida exactamente lo que necesitáis en el momento presente para crecer, avanzar y llenar la copa de vuestro gozo.*

*Cuando paséis por delante de una cárcel, derramad la bendición sobre sus habitantes, sobre su inocencia y su libertad, sobre su bondad, sobre la pureza de su esencia íntima, sobre su perdón incondicional. Porque sólo se puede ser prisionero de la imagen que uno tiene de sí mismo, y un hombre libre puede andar sin cadenas por el patio de una prisión, lo mismo que los ciudadanos de un país libre pueden ser reclusos cuando el miedo se acurruca en su pensamiento.*

*Cuando paséis por delante de un hospital, bendecid a sus pacientes, derramad la bendición sobre la plenitud de su salud, porque incluso en su sufrimiento y en su enfermedad, esa plenitud está aguardando simplemente a ser descubierta. Y cuando veáis a alguien que sufre y llora o que da muestras de sentirse destrozado por la vida, bendecidlo en su vitalidad y en su gozo: porque los sentidos sólo presentan el revés del esplendor y de la perfección últimas que sólo el ojo interior puede percibir.*

*Es imposible bendecir y juzgar al mismo tiempo. Mantened en vosotros, por tanto, ese deseo de bendecir como una incesante resonancia interior y como una perpetua plegaria silenciosa, porque de este modo seréis de esas personas que son artesanos de la paz, y un día descubriréis por todas partes el rostro mismo de Dios.*

*Posdata: Y por encima de todo, no os olvidéis de bendecir a esa persona maravillosa, absolutamente bella en su verdadera naturaleza y tan digna de amor, que sois vosotros mismos.*

*Pierre Pradereand, El arte de bendecir, Para vivir espiritualmente la vida cotidiana*

