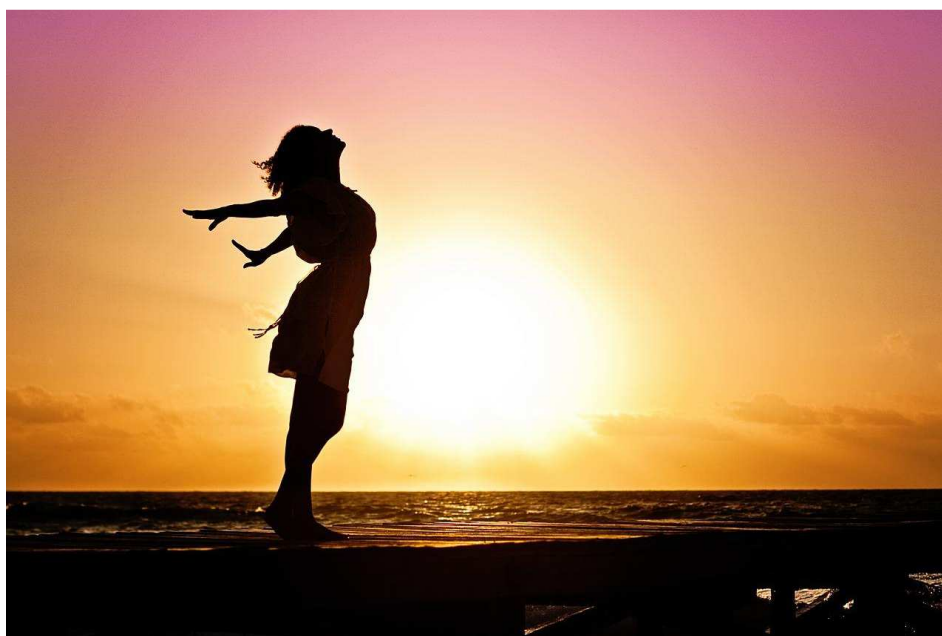


¿Cuándo y cómo invocar al Espíritu Santo?

¡Podemos hacerlo cuantas veces lo queramos, por supuesto!

Sin embargo, también es posible adoptar hábitos buenos y saludables para que se convierta en nuestro compañero diario... Es cierto que durante la pandemia, hemos aprendido o recordado un gesto bastante sencillo y sano para nuestros espacios de vida: ventilar y abrir la ventana regularmente. Esto parece obvio, ¿cierto?, pero, ¿acaso tenemos el mismo reflejo saludable cuando se trata de ventilar, purificar y renovar la atmósfera de nuestro corazón?... Valdría la pena reflexionar unos minutos en ello, pues, por si no lo sabías, [invocar al Espíritu Santo](#) significa abrir de par en par nuestras ventanas interiores.



A continuación, te invitamos a descubrir estos cuatro consejos para invocar al Espíritu Santo:

- [Cada mañana, al levantarnos](#), así como corremos a abrir la ventana de nuestra habitación para sentir el olor del nuevo día, también podemos apresurarnos a abrir nuestro corazón y recibir al aliento de vida, diciendo: “**¡Ven Espíritu Santo, ven a renovarme!**”. De hecho, podemos hacer que la invocación vaya al ritmo de nuestra respiración para ofrecernos en cuerpo y alma a su renovación.
- Antes de comenzar una actividad, por ejemplo, una reunión, una conversación, etc. podemos tomar un minuto para dejar entrar al sople vivificante, puro y dulce del Espíritu de Dios en nuestras vidas. Dejemos que Él sople sobre nuestro cansancio, nuestras ideas preconcebidas, nuestro estrés... Dejemos que saque todo ese polvo interior que impide la escucha y la creatividad, y digamos: “**¡Ven Espíritu Santo, ven a inspirarnos!**”

- Cuando debemos tomar una decisión importante o elegir, podemos sacar un tiempo para renovar completamente la atmósfera de nuestro corazón. Dejemos que el Espíritu de Verdad saque todo aquello que nos atormenta, quite lo que nos impide seguir y [sane lo que está herido](#), para que podamos discernir realmente cuál es el camino a seguir, diciendo: “**Ven Espíritu Santo, ven a iluminarme**”.
- [En los momentos difíciles, en las pruebas](#), acordémonos siempre de dejar la ventana entreabierta, de tal modo que el Consolador pueda venir muy suavemente, a calmarnos, a refrescarnos, a abrazarnos... Dejemos que su caricia divina nos toque en nuestros momentos de tristeza, ira, dolor, y digamos: “**Ven Espíritu Santo, ven a consolarme**”.

Escrito por: Alice Ollivier de [Hozana.org](#)

*Texto traducido del Francés por Sharael Sánchez