Una mirada teológica y pastoral a la ira disfrazada de cortesía profesional

---

Introducción: Cuando la ira se viste de traje

En los entornos laborales modernos, especialmente aquellos de corte más «corporativo», la ira raramente grita. Ya no estalla en gritos, golpes en la mesa o portazos —al menos no de manera abierta—. En cambio, adopta formas sutiles, sofisticadas, y, por ello mismo, más peligrosas: correos electrónicos con frases gélidas como “*tomamos nota de su comentario*”, el silencio prolongado como castigo disfrazado de estrategia, la exclusión intencionada de reuniones, el retraso en respuestas importantes, o el famoso «ghosting laboral», donde una persona simplemente desaparece de la comunicación como quien borra al otro de la existencia sin decir palabra.

Y todo esto sucede entre adultos, profesionales, aparentemente educados, que incluso podrían ir a misa el domingo. Pero debajo del tono cordial y de las fórmulas de despedida como *“Un cordial saludo”* o *“Agradeciendo de antemano su atención”*, late algo más oscuro: la ira pasivo-agresiva.

La pregunta que hoy nos convoca es sencilla, pero profunda:
¿Qué tiene que decirnos la fe católica sobre esta forma contemporánea y disfrazada del pecado capital de la ira?

I. Ira: un pecado con mil rostros

En la tradición católica, la **ira** es uno de los siete pecados capitales. Es decir, uno de esos pecados que, al asentarse en el corazón humano, generan una multitud de otros males. Pero a diferencia de lo que solemos imaginar, la ira no siempre se manifiesta con violencia física o verbal.

El Catecismo de la Iglesia Católica (n. 2302) nos enseña que:

> *“La ira es un deseo de venganza. El deseo de venganza se torna pecaminoso cuando desea un mal para el prójimo. Es gravemente*

> *contrario a la caridad.”*

Ahora bien, ¿qué ocurre cuando ese deseo de venganza se esconde bajo una capa de corrección política? ¿Cuando ya no se trata de gritar, sino de ignorar? ¿De enviar un correo seco con copia a toda la oficina? ¿De nunca responder, como castigo silencioso?

Aquí es donde entra la **ira pasivo-agresiva**: una forma refinada de venganza y de desprecio, que no grita, pero sí hiere; que no rompe platos, pero sí relaciones humanas.

II. El ‘ghosting’ laboral: el nuevo castigo social

El término *ghosting* viene del inglés y significa literalmente «volverse fantasma». En los entornos laborales, describe el acto de ignorar deliberadamente a alguien: dejar correos sin respuesta, evitar conversaciones, no dar feedback ni cerrar procesos. Es, en esencia, **una forma de castigo relacional**. Y desde una perspectiva cristiana, **es profundamente contrario a la caridad y a la justicia**.

Dice San Pablo en su carta a los Efesios:

> *“No pequen al enojarse; no se ponga el sol sobre su enojo, ni den oportunidad al diablo.”*
> *(Efesios 4,26-27)*

Aquí, el Apóstol nos invita no sólo a no guardar rencor, sino a **no dejar que la ira madure en el corazón**. El *ghosting* es precisamente eso: dejar que la ira hierva en silencio, para después expresarse en la ausencia.

El problema espiritual del ghosting laboral

- **Niega la dignidad del otro**, al tratarlo como alguien indigno de ser reconocido.
- **Cierra la puerta al diálogo**, rompiendo la posibilidad de reconciliación.
- **Envenena el clima laboral**, creando un ambiente de sospecha y desconfianza.
- **Fomenta el orgullo y la autosuficiencia**, al colocarnos como jueces sobre los

demás.

III. El lenguaje frío y el corazón tibio

La otra cara de esta moneda es el **lenguaje corporativo pasivo-agresivo**, donde todo parece correcto pero nada es genuino. En este estilo, frases como:

- *“Según lo conversado, queda bajo su responsabilidad…”*
- *“Entendemos que tiene dificultades, pero esto no es aceptable.”*
- *“Gracias por su pronta respuesta”* (cuando la respuesta no llega nunca)…

…funcionan como **arma retórica**. Es un tipo de violencia verbal encubierta. Y en términos espirituales, podríamos decir que esta forma de comunicarse es contraria a la **verdad en la caridad**.

Dice el Señor en el Evangelio:

> *“Sea su ‘sí’, sí; y su ‘no’, no. Lo que pasa de allí proviene del Maligno.”*
> *(Mateo 5,37)*

Esta enseñanza no es sólo sobre la honestidad literal. Jesús nos llama a una **transparencia interior**, a que nuestras palabras no se conviertan en máscaras, ni en trampas de superioridad moral. En un correo laboral lleno de tecnicismos vacíos puede esconderse un alma endurecida, incapaz de decir: “esto me molestó” o “necesito hablar contigo”. Y eso también es un tipo de mentira.

IV. Relevancia teológica: ¿por qué importa tanto?

La teología moral nos enseña que el pecado no es sólo lo que “hacemos”, sino también lo que “dejamos de hacer” por amor. La ira pasivo-agresiva es pecado no sólo por lo que expresa, sino por **lo que impide**:

- Impide el perdón.
- Impide la comunión.
- Impide la construcción de relaciones humanas basadas en la verdad y la caridad.

Además, desde una **antropología cristiana**, esta actitud va directamente contra el ser del hombre, creado para el **encuentro, el diálogo y la comunión**, no para el aislamiento, la manipulación o el desprecio encubierto.

V. Guía práctica pastoral y espiritual: caminos de sanación

1. **Haz examen de conciencia laboral**

Pregúntate:

- ¿Ignoro a personas por venganza o rencor?
- ¿Uso el silencio como castigo?
- ¿Manipulo el lenguaje para herir sin que parezca?
- ¿He pedido perdón a compañeros o empleados por mi frialdad?

2. **Practica la corrección fraterna, no el castigo silencioso**

El Evangelio enseña:

> *“Si tu hermano peca contra ti, ve y repréndelo a solas. Si te escucha, habrás ganado a tu hermano.”*
> *(Mateo 18,15)*

El camino cristiano no es el del “me lo guardo y me alejo”, sino el del diálogo humilde.

3. **Reeduca tu lenguaje profesional**

Usa un lenguaje que:

- Sea claro y directo.
- No oculte el desagrado, pero lo exprese con respeto.

- Invite al diálogo, no lo cierre.
- Sea coherente con tu fe, también en el ambiente laboral.

4. **Ofrece el malestar a Dios**

Cuando sientas rabia en el trabajo, no la ocultes ni la disfraces. Llévala a la oración:

> *“Señor, tengo rabia, me siento herido. No quiero herir. Transforma este enojo en sabiduría y compasión.”*

La ira no se reprime ni se camufla: **se redime**.

5. **Confía en el poder del perdón**

Perdonar en el trabajo es difícil, pero liberador. A veces el perdón no será inmediato ni visible. Pero es un acto que empieza en la voluntad:

> *“Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen.”*
> *(Lucas 23,34)*

Conclusión: Evangelizar también en el lenguaje profesional

En la oficina, en el correo, en las reuniones, también se puede ser discípulo de Cristo. Y eso significa **renunciar a la ira pasivo-agresiva como estilo de vida**, aunque esté de moda, aunque parezca elegante o profesional.

Ser cristiano en el trabajo es también **apostar por la comunión sobre el control, por la franqueza sobre el sarcasmo, por la misericordia sobre la venganza disfrazada de silencio**.

Si Cristo habita en tu corazón, también debe habitar en tu “asunto” de correo, en tus respuestas a clientes difíciles, y en cómo gestionas el conflicto. Porque la santidad no se juega solo en la iglesia, sino también en el Outlook, en Slack, en Teams… y en esa respuesta

que estás a punto de enviar con un **«Un cordial saludo»** que, en el fondo, dice: *“te castigo con mi indiferencia”*.

“Bienaventurados los mansos, porque ellos heredarán la tierra.” (Mateo 5,5)

La mansedumbre cristiana no es debilidad. Es la fuerza del amor que se niega a herir incluso cuando es herido. Y eso… eso sí que transforma el mundo. Incluso el de la oficina.