

# DECÁLOGO PARA PRACTICAR A PARTIR DE CUALQUIER MOMENTO

- Reflexión y diálogo en CUARESMA con un grupo 'cultivado'

1. Sólo por hoy, trataré de hacer frente a lo de este día, sin querer resolver los problemas de mi vida, todos de una vez.
2. Sólo por hoy, tendré mucho cuidado con mi educación: cortés en mis modales, sin criticar a nadie y sin pretender corregir a los demás, sino sólo a mí mismo.
3. Sólo por hoy, trataré de ser feliz, sin 'picarme' con los demás cuando creo que me atacan.
4. Sólo por hoy, trataré de adaptarme a las circunstancias sin pretender que las circunstancias se adapten en cada momento a mis gustos y deseos.
5. Sólo por hoy, dedicaré un tiempo al libro que estoy leyendo; porque, como el alimento es necesario para la vida del cuerpo, así la lectura es necesaria para alimentar el alma. La tele puede esperar.
6. Sólo por hoy, haré una buena acción y no lo diré a nadie: la verdadera generosidad no busca nada a cambio.
7. Sólo por hoy, haré al menos una cosa de las que no me gusta hacer. A ver qué tal me siento.
8. Sólo por hoy, me haré un plan de trabajo: Quizá no lo cumpla del todo, pero lo escribiré, y evitaré dos desastres: las prisas, y el dejar lo que tengo que hacer para luego.
9. Sólo por hoy, creeré firmemente que Dios me quiere y se ocupa de mí como si nadie más existiera en el mundo.
10. Sólo por hoy, no tendré miedo. Especialmente no tendré miedo a disfrutar de lo que es bello y a creer en la bondad.

(Adaptado de un escrito del Papa Juan XXIII)

## **Actividades:**

1. **Con ayuda del diccionario, obtener el significado de 'agobio morbosó'. Compárese después con ese comienzo de las frases: "Sólo por hoy..."**
2. **Buscar la siguiente cita: Mt 6, 34. ¿Alguna coincidencia con el presente decálogo?**
3. **Un dicho latino afirma: "En el medio está la virtud". Si un extremo es vivir agobiado, ¿cuál es el otro extremo? ¿Y cómo llamar a lo que no es ni un extremo ni otro? ¿Aspiramos a éso?**