

(Dilluns)

Estudis de la universitat de Texas asseguren que viuen més anys aquells que tenen una actitud optimista. Les més alegres són just les menys fràgils. Els estudis consideren que les emocions positives afecten directament la salut, alterant l'equilibri físic del cos.

L'energia positiva ens porta a córrer riscos, tolerar sofriments i revesos, els quals som incapaços d'afrontar. Això ens regala optimisme per a creure en el futur i en les pròpies possibilitats. Ja de per sí, la vida és curta així que visquem amb alegria i recordem que la font de la veritable alegria és el Senyor. Tornem els ulls cap a Ell i la vida tindrà un altre sentit.

Pregària

Jo pateixo les meves malalties: desànim, egoïsme, mandra, empenyament davant situacions de poca importància...Necessito la teva força, la teva gràcia. Necessito de Tu, et rebré al meu cor.



*Fruto ¿estás muy lejos de mí?
Estoy en tu corazón flor.
R. Tagore*

(Dimarts)

Fa un temps, una professora de filosofia va dir una cosa que em cridà poderosament l'atenció : La gent diu que s'han perdut els valors a la societat. El problema no és aquest, sinó els diferents objectes entorn als quals enfoquem els nostres valors.

Llavors vaig comprendre que quan una persona és infidel, quan un polític cedeix davant la corrupció, en el moment en què un jove prova les drogues, quan els fills ignoren als seus pares ancians, i en temps en què molts cedeixen davant el consumisme...no podem dir que s'han perdut els valors, sinó que han estat reenfocats envers el plaer i la satisfacció personal, i no envers el respecte i la dignitat humanes, personals, comuns.

La fidelitat, la integritat, la sana diversió, la família, són motius força importants com per sacrificar els nostres desitjos personals.

Pregària

Jesús, quantes vegades no he sabut complir la teva llei, els teus manaments. Jo sí necessito purificar-me...Tan gran és l'Amor que em tens!!!!!! Perdona'm...Vull des d'ara recolzar-me més en Tu.

(Dimecres)

Tot a la vida ha de realitzar-se amb perseverança, perquè les coses no succeeixen per una vareta màgica. A tot cal posar-li dedicació. Un ha de tenir les metes clares, no deixar-se vèncer pel desànim ni caure en la frustració . Hem de tenir clar que tots servim per a alguna cosa, cal analitzar-se per descobrir quines són les nostres habilitats i desenvolupar-les amb tenacitat i esforç. Explota les teves capacitats. Val la pena.

Pregària

Senyor, faig almenys un propòsit cada dia en la meva feina, en la meva vida diària, en la meva vida espiritual. Sóc una ànima forta, sacrificada, també et podria estimar més. El que em demanes no és que estigui tot el dia en l'església, no. El que em demanes és que estigui on estigui i faci el que faci, et tingui sempre present i actuï amb els altres com Tu actuaves, sempre. Amén.

Pregària

Senyor, viure en la puresa no es tracta de fer coses rares, ni de viure avorrit...No és posar cadenes ni grilles. És qüestió de demanar ajuda amb humilitat, posar els mitjans necessaris per evitar les "temptacions". És veritat que no és fàcil evitar les diversions "mundanes" avui dia, quan el normal és gaudir d'elles. Però no, Tu em demanes que faci el que proposes: viure amb sensibilitat i senzillesa.

(Dijous)

Homenatge a la gent gran.

Déu et crida a l'amor envers ells, l'amor tot ho guanya.

- Si als grans els costa parlar i repeteixen el mateix. Així vas ser tu, i et van estimar.
- Si els costa cordar-se les sabates, si es taquen amb el menjar. Així eres tu, i et van estimar.
- Si tenen les seves manies i els seus "problemes". Recorda. Així eres tu i ells t'estimaven.
- Si et criden i s'incomoden sense raó, recorda que van suportar els teus plors i moltes nits sense dormir.
- Si et semblen lents i no entenen les noves tecnologies...Així eres tu i et van estimar.



Recorda que no fa molt tu eres petit i ells et van cuidar quan els teus pares treballaven. És la teva oportunitat per a mostrar-los amb la teva paciència i sol·licitud que valoren el que han fet per tu.

(Divendres)

La fortalesa és virtut de valents. Aquest és el cas de Publio Arjona Díaz, exemple d'optimisme i voluntat. És quadraplègic des de l'agost de 1986. La seva ment està en perfecte estat, però el cos no li respon. De fet, ha mostrat ser tan capaç de fer coses com qualsevol. Ha crescut per sobre d'aquest obstacle i segueix mirant amb fe i esperança el seu futur.

Publio diu: "Jo era un home molt inquiet. M'agradava molt la velocitat, tenia un jeep i en una corba, vaig perdre el control del vehicle. No portava el cinturó de seguretat i vaig sortir disparat pel parabrises".

Avui, Publio no plora la seva incapacitat. Un dia es va apropar per casualitat a un ordinador, i avui és un expert. Ha fundat una empresa que dirigeix personalment. El 24 d'octubre de 2005 va rebre el Premi de Jove Excel·lent en la categoria de Superació.

Pregària:

Jesús, ajuda'm a viure de forma "neta", sense odi, rancúnia, enveges... Que sigui un veritable exemple pels que m'envolten. Amén.