

## ¡Confinados...pero bien acompañados!



Desde hace algunas semanas, e incluso meses, nuestros horarios han cambiado, nuestras actividades han sido suspendidas, se ha puesto de moda el teletrabajo, hay menos viajes y salidas... ¡Es inevitable! nuestros hábitos se han visto afectados por el confinamiento, sin embargo, ¡podríamos aprovechar esta ocasión para instaurar unos nuevos!... Por ejemplo, ¿por qué no le damos un poco más de espacio a la oración en nuestras vidas?

*“Si ustedes permanecen en mí y mis palabras permanecen en ustedes, pidan lo que quieran y lo obtendrán.”*

Juan 15:17

A continuación, te ofrecemos algunas sugerencias para instaurar una rutina nueva y sencilla:

- **Un "café con Dios"**: empieza el día acercándote al Padre, con un poco de tiempo de oración. Se trata de un momento sencillo y acogedor, en el que saludamos al Señor y le ofrecemos nuestro día mediante una [corta oración](#).

- **Algunas "pausas con el Aliento de Vida"** durante el día: aparta dos o tres momentos de la jornada para **agradecer a Dios** por sus beneficios, para presentarle acción de gracias. Esto nos ayudará a ver lo que es bello y bueno en nuestras vidas, a pesar de los tiempos difíciles que vivimos, en los cuales también puede ser difícil mantener la esperanza.
- **Un almuerzo con el Señor:** antes de comenzar a comer, y sin importar si lo haces solo o en compañía, pídele a Dios -a través de la bendición- que bendiga y alimente a aquellos que tienen hambre.
- **Un tiempo para la Palabra:** es importante sacar un poco de tiempo al día para meditar en la Palabra de Dios, ya sea leyendo el [Evangelio del día](#) o guardando un versículo en nuestro corazón. *“Espera en el Señor y sé fuerte; ten valor y espera en el Señor.”* (Salmo 27:14), *“Y yo estaré siempre con ustedes hasta el fin del mundo.”* (Mateo 28:20).
- **Un momento de compartir para mis hermanos:** podemos llevar en nuestras oraciones los sufrimientos de nuestros hermanos durante este período de pandemia, a través de [meditaciones sobre la sanación interior](#). Además, podemos presentar en nuestras oraciones a todos aquellos que sufren económica y psicológicamente durante esta época.



-

Hozana

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/confinadospero-bien-acompaados](http://www.ciudadredonda.org/articulo/confinadospero-bien-acompaados)