

https://es.aleteia.org/cp1/2019/12/10/no- tienes-tiempo-para-rezar-estos-consejos-pueden-ayudarte/?utm_campaign=EM-ES-Newsletter-Daily- &utm_content=Newsletter&utm_medium=email&utm_source=sendgrid&utm_term=20230728



9 PISTAS SENCILLAS PARA QUE PUEDES REZAR TODOS LOS DÍAS

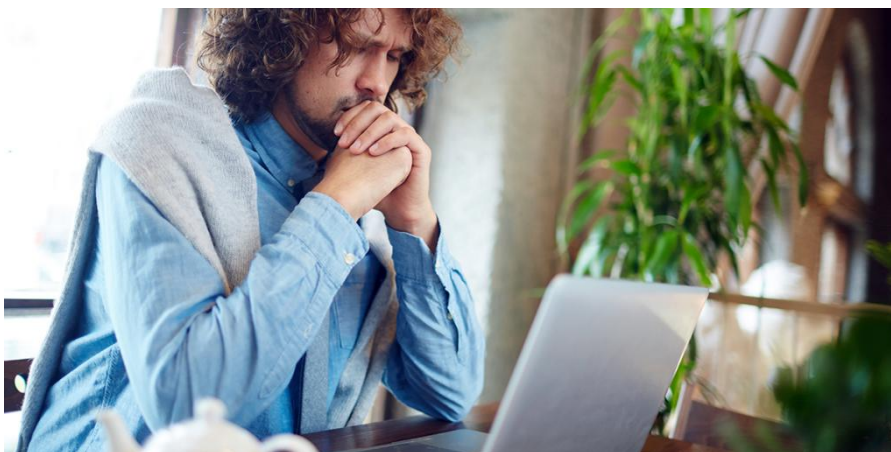
© MinDof

Edifa - publicado el 10/12/19

Tenemos una vida acelerada pero sabemos que es importante orar para fortalecer nuestra relación con Dios por eso, te damos nueve pistas para que no se te pase la oportunidad

Nuestras jornadas están repletas y pasan tan rápido que a veces faltan el tiempo y el deseo para rezar. La fatiga se nota y la oración se olvida rápidamente. ¡Para remediar este círculo vicioso, necesitas un poco de disciplina y de buena voluntad!

1DECIDE DEDICAR UN MOMENTO TODOS LOS DÍAS A LA ORACIÓN, NADA MÁS QUE A LA ORACIÓN



Shutterstock

Si esperamos hasta tener tiempo para rezar, nunca rezaremos. En cambio, si nos aferramos a la oración, siempre encontraremos unos minutos para esto

2 CONFÍA AL SEÑOR ESTE DESEO DE ORACIÓN

Dios desea, más que nosotros, que Lo encontremos en la oración. Podemos estar seguros de que Él responderá a nuestro deseo, aunque no sea necesariamente cuando y como lo esperamos.



3 ELIGE DE ANTEMANO EL TIEMPO PARA REZAR



Alice-photo | Shutterstock

Si es necesario, escríbelo en tu agenda (la noche anterior, por ejemplo). Después de todo, es una cita al menos tan importante como las demás.

4 NO DESEES ENCONTRAR EL MOMENTO IDEAL

Anton Gvozdikov - Shutterstock

Por supuesto, cuando puedas, mejor evita la hora de la siesta o la hora del día en que la casa sea más ruidosa. Pero las condiciones ideales no existen, y Dios lo entiende muy bien: Él puede encontrarnos en medio del ruido de una gran ciudad o en el letargo del comienzo de una tarde.



5 LA HORA INDICADA, COMIENZA SIN ESPERAR



Daniel Jedzura | Shutterstock

Uno suele descubrir miles de actividades urgentes para hacer en ese momento. Nos decimos a nosotros mismos: «Vamos, solo estoy viendo mis correos electrónicos» ... y nos encontramos viendo una película. Tanto es así que el tiempo para la oración termina sin haber comenzado a rezar.

6 FÍJATE UNA DURACIÓN Y CÚMPLELA

Shutterstock



¿Cuánto tiempo? Diez minutos, quince minutos o más, cada uno debe ver según sus posibilidades. Es mejor no ser demasiado ambicioso, especialmente al principio, y permanecer fiel: cinco minutos de oración diaria son mejores que una hora de vez en cuando. E incluso si tenemos la impresión de orar muy mal, vamos hasta el fin: los últimos minutos pueden ser los más importantes.



7 MULTIPLICA PEQUEÑOS «ENCUENTROS DE ORACIÓN» EN EL CENTRO DE LA JORNADA

Shutterstock

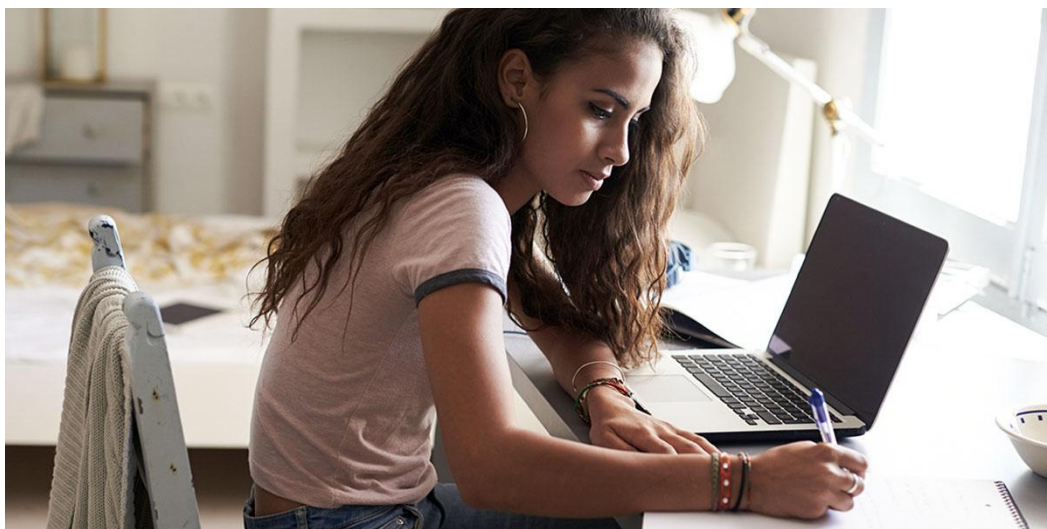
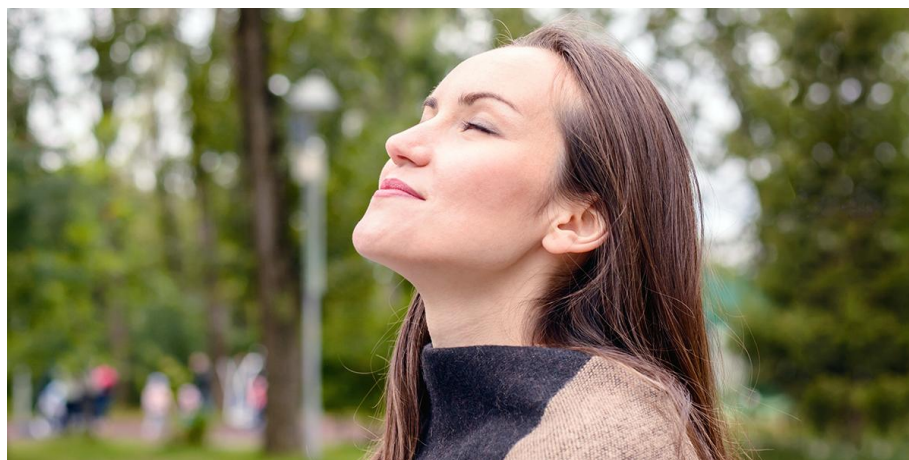
Un cuarto de segundo es suficiente para volver tu corazón hacia Dios conduciendo tu automóvil, en la cola de una tienda, preparando la cena o

lavándote los dientes.

8 MANTÉN LA CONFIANZA, PASE LO QUE PASE

Shutterstock

9 EL PEOR ENEMIGO DE LA ORACIÓN ES EL DESÁNIMO



Haz que todas tus acciones sean oraciones

Shutterstock

San Ignacio de Loyola decía que «el hombre no solo sirve a Dios cuando reza». Es decir, cada acción da lugar a una

nueva oración, adecuada a las condiciones en que tiene lugar. Eso hace «encontrar a Dios en todas las cosas». Entonces, incluso en esos días en que no tenemos tiempo para detenernos para hacer una larga oración, dale gracias a Dios por todo lo que tienes y dile: «Señor, todo mi trabajo de hoy Te lo ofrezco».