

La siguiente oración se dice diariamente.

Cada Día

Recordaré que soy un hijo de Dios. Soy uno que es creado por amor. Soy elegido, bueno, santo y tengo un propósito ... una tarea que debo realizar aquí en la Tierra antes de regresar al Padre. Merezco ser tratado como una persona que tiene valor y dignidad.

2. Abrazaré mi enfermedad o la enfermedad de mi familiar como amigo este día en busca de lo que me está enseñando sobre el misterio de Dios y la Vida.

3. No permitiré que el estigma de la enfermedad mental me derrote este día. Elegiré tener poder sobre el estigma separándome del estigma.

4. Hoy hablaré con alguien que me alentará a ver mi bondad y santidad como hijo de Dios. Tal vez compartamos una oración juntos el uno por el otro.

5. Buscaré humor y razones para reír y ser feliz. La alegría tranquila será mi meta.

6. Leeré un pasaje de las Escrituras o algo de un libro de devoción, inspiración o lectura espiritual que me alentará a confiar y esperar en el poder y el amor de Dios.

7. Buscaré veinte minutos de soledad, silencio, oración este día. Si mi mente

no se calma, si mis pensamientos siguen acelerados, lo ofreceré como mi oración a Dios. Si es necesario y útil, escucharé música instrumental suave o música inspirada / religiosa para tranquilizarme y recordarme que Dios está presente.

8. Caminaré al aire libre admirando el amanecer, la puesta de sol, el canto de un pájaro, los colores suaves de la naturaleza ... la serenidad de la hierba verde, el cielo azul, la suavidad de las flores de colores pastel de la primavera y la paz. Aguas de un río, lago o arroyo que ondulan y fluyen. Me recordaré a mí mismo que todo en la naturaleza es un reflejo del Creador y complace al Creador tal como es y al igual que yo soy como soy.

9. Me encantará saber que cada uno de nosotros es creado diferente porque es en nuestras diferencias que formamos un todo más poderoso y hermoso. Cada uno de nosotros refleja un aspecto diferente del misterio de la Vida y Dios. ¡Individualmente y juntos somos una obra maestra!

10. En Dios está mi esperanza y mi alegría. Daré honor, gloria y alabanza a Dios, sabiendo y confiando en lo que Dios tiene para mí. No buscamos ni nos gusta el sufrimiento, pero nuestro sufrimiento nos puede hacer fuertes de muchas maneras y más compasivos y amorosos con los demás ... nuestros hermanos y hermanas en el Señor.

Sabiendo con seguridad que, aunque anhelo a Dios, el anhelo de Dios por mí es aún mayor. Descansaré en ese conocimiento este día. Amén

Por Rita Sebastian Lambert