"AHORA ES EL TIEMPO FAVORABLE, AHORA ES EL DÍA DE LA SALVACIÓN" (2 Co 6)"

Decálogo de "supervivencia" para familias católicas "recluidas" por el coronavirus, uniéndonos a la campaña #QuédateEnCasa #YoMeQuedoEnCasa

DELEGACIÓN DE FAMILIA Y VIDA
ARCHIDIÓCESIS DE TOLEDO

1. **HAGAMOS UN PLAN.** Os invitamos a que como matrimonio cuidéis con amor y delicadeza vuestro amor de esposos, ya que el sacramento del matrimonio es fuente de salvación para toda la familia y que os sentéis para diseñar una estrategia, a la luz del Señor, que os ayude a aprovechar este tiempo de gracia que nos ofrece el estar en casa para evitar el contagio del coronavirus.

2. **DAR UN SENTIDO DE FE.** Lo siguiente que os proponemos es que tengáis una reunión familiar en la que expliquéis lo que está sucediendo, resolviendo las dudas que puedan tener vuestros hijos. Enseñadles que tenemos que cuidar nuestro cuerpo porque es templo del Espíritu Santo, sabiendo que debemos cuidar principalmente nuestra alma.
   Aclarad que Dios no es el origen de esta epidemia, sino que la causa última es el pecado original, que introdujo el desorden en la creación y la enfermedad y la muerte. Pero Dios que es providente es capaz de sacar bienes de todo, incluso de los males. (Podéis ilustrar esto con pasajes de la Biblia). Habladles sin miedo del Cielo, nuestra verdadera Patria. Todo esto es una prueba para crecer en el amor verdadero. En esta situación nos hemos de preguntar: ¿qué espera el Señor de cada uno y de cada familia, en esta situación?

3. **QUE NUESTRO HOGAR SEA BETANIA PARA JESUCRISTO VIVO.** Inculcad en vuestra familia esta verdad que a veces olvidamos: el Corazón de Jesús está vivo y mora en vuestro hogar y espera todo de vosotros. Él no es solo uno más de la familia, sino que debe ser el CENTRO de vuestro hogar. Os invitamos para hacer o renovar la consagración de vuestra familia al Corazón de Jesús.

4. **SENTIDO DE LA RENUNCIA Y EL SACRIFICIO.** Estos días de estar tanto tiempo juntos "encerrados" en casa nos ofrecen múltiples ocasiones de obedecer, de vencer nuestro orgullo. Son muchos los pequeños sacrificios que podemos hacer a lo largo del día. Es fundamental darle un sentido: para consolar al Señor, por la conversión de los pecadores, para que acabe el coronavirus, por la salud de los enfermos, por los que están solos... Sería bueno que fijarais un lema familiar que os recordéis cuando surjan ocasiones de ofrecer sacrificios. Os proponemos lo que decían los Pastorcitos de Fátima: "Jesús, es por tu Amor".

5. **FIJAD UN HORARIO.** Para que la familia no vaya a la deriva estos días es muy bueno que planteéis un horario, en el que se combinen tiempos de ocio y de cumplir las obligaciones. Un horario que sea flexible y revisable, atendiendo a la situación de los hijos. Un horario que recuerde que la familia somos todos y todos debemos colaborar haciendo diversas tareas. Que cada uno tenga su responsabilidad. En el horario debe haber tiempo para el ocio, para el estudio y la lectura, para hacer manualidades... No pasa nada porque los hijos se aburran. Os aconsejamos que pongáis el horario en algún lugar visible de la casa, por ejemplo, en la puerta del frigorífico.

DELEGACIÓN DE FAMILIA Y VIDA
ARCHIDIÓCESIS DE TOLEDO

6. **CUIDAD EL TIEMPO EN FAMILIA PARA EL SEÑOR.** Este tiempo debe estar fijado en el horario. Aprovechad esta ocasión para sacar un rato diario de oración en familia, en la que comentéis el evangelio del día, en la que deis gracias por todo lo bueno que habéis vivido, ayudando a los hijos a descubrir al Señor presente en cada cosa. Rezad el Rosario en familia; sin miedo a que los niños se aburran. Y si podéis, participad en la Misa cada día a través de los medios de comunicación social. Subrayad la importancia de la Misa Dominical, haciendo la comunión espiritual en casa, siguiendo las indicaciones de nuestros pastores que nos dispensan de la obligación de ir a Misa por las graves circunstancias que atravesamos actualmente.
Os aconsejamos distribuir estos momentos de oración a lo largo del día para que se puedan aprovechar bien y los hijos disfruten de ellos.

7. **ORDENAD EL USO DE LA TELEVISIÓN Y DE INTERNET**. La gran tentación es dejar que los niños, para que no molesten, estén todo el día enchufados a la televisión o conectados a internet, en las redes sociales o en juegos virtuales. Cuidad por favor los contenidos a los que acceden y poned unos márgenes al tiempo que dedican.

8. **PROMOVED ACTIVIDADES DE OCIO EN FAMILIA.** El amor es creativo y os invitamos a pensar qué podéis hacer juntos en familia: juegos de mesa, ejercicio físico (tipo aerobic), sencillas representaciones teatrales, quizás sobre pasajes de la Biblia, vidas de santos o sobre cuentos populares. También se pueden hacer concursos para sacar a la luz talentos.

9. **ESCUCHAD A VUESTROS HIJOS.** Dedicadles tiempo, hablad con cada uno. No dejéis pasar esta ocasión para atenderlos, para conocerlos mejor, para compartir sus inquietudes, sus anhelos y sus preocupaciones.

10. **IMPORTANCIA DEL PERDÓN.** Teniendo tanto tiempo para estar juntos, seguramente habrá roces, riñas, pérdida de la paciencia, enfados. Por eso, en la oración familiar dedicad un tiempo a pedir perdón, en primer lugar, al Señor por haberle ofendido. Y, en segundo lugar, a los miembros de la familia.

"NO SE TURBE VUESTRO CORAZÓN,
CREED EN DIOS Y CREED TAMBIÉN EN MÍ" (Jn 14, 1)