

Avui, triem!!

Dll, 23/03/2020 per Maria del Mar A...

[Des de Sant Benet](#)

Comencem una nova setmana, i a hores d'ara a totes i a tots ens ha tocat de més de prop l'estrall del Covid 19.

Comencem una nova setmana i amb aquesta setmana ja queda instaurat un nou ritme de vida: per a la majoria, tancament a casa. Per a molta gent, treballar en situacions difícils. El dolor més a prop de tothom.

Avui, per això, triem! cada dia és un nou començament, una nova oportunitat. I ho és avui. Per això, avui, puc triar deixar un moment el neguit, els missatges i les notícies, per adonar-me i donar importància a tot el que sí que puc fer. Tot el que aquests dies sí que puc fer. I sobretot, com ho puc fer. Avui puc triar com visc el dia d'avui. Puc triar fer les coses amb consciència, amb tota la meva presència. Puc pensar com vull viure aquests dies i deixar de viure d'inèrcia. Puc triar com responc a aquesta situació, puc triar confiar en mi i en la Vida, puc triar buscar ajuda quan la necessito i agrair el que ja tinc.

Avui puc triar la vida i viure, en les condicions en les que estem, i juntes i junts, ens en sortirem!