



Aprovechar cada minuto

Descripción

Cuando se habla del tiempo inmediatamente lo relacionamos con la palabra oro, pero de acuerdo con *Camino de San Josemaría* **el tiempo es gloria de Dios. Debemos valorar cada minuto, teniendo orden en cada actividad que se vaya a realizar.**

Es importante que en la oración le recitemos al Señor: *“Señor hazme saber mi fin, cuál sea la medida de mis días; para saber qué fugaz soy yo”*(Salmo 39:5), comprendiendo que nuestros días en la tierra son rápidos y no hay que desperdiciarlos en cosas que no ayudarán a nuestra alma.



¿Cómo organizar mi tiempo?

A medida que las responsabilidades aumentan se complica la estructuración de una jornada, pero es importante tener en cuenta la aportación de Daniel Goleman ([La inteligencia Emocional](#)) y [Stephen Covey](#) (*Los siete hábitos de la gente altamente efectiva*), para gestionar las actividades y las emociones.

Covey nos indica que en el área privada los individuos deben ser proactivos, tener objetivos y priorizar, mientras que Goleman plantea que es importante la autoestima, automotivación y autocontrol para armar un proyecto.

En el área pública, los dos coinciden que **se debe resaltar la [empatía](#) y las habilidades sociales para conseguir relaciones interpersonales efectivas.**

A continuación, se unen estas cuatro contribuciones para establecer un horario productivo:

1.- Urgente e importante: son aquellas tareas que se deben realizar de forma inmediata, jamás posponerlas, porque requieren toda la atención.

Sin embargo, como **a Dios no se le puede entregar un trabajo mal hecho**, debemos tener el secreto divino, es decir, dar sentido sobrenatural y eficacia a las actividades de la vida, como la parábola de los talentos, **usarlos para que se refleje el Señor.** (Mateo 25:14-30)

2.- No urgente, pero sí importante: comprende las actividades que en el corto plazo no es necesario cumplirlas, pero sí son importantes a largo plazo.

Por ejemplo: estudiar para un examen porque en un período determinado se presentará una evaluación, por ello se debe establecer un horario para repasar cada tema, como decía San Josemaría: **“Una hora de estudio es una hora de oración”.**

3.- No son importantes, pero sí urgentes: son todas las interrupciones que aparecen en la cotidianidad. Se puede mencionar: llamadas telefónicas, informes imprevistos que se deben presentar al finalizar la semana porque la empresa tiene que pasar una auditoría y son notificados el lunes por los organismos correspondientes.

Mantener la motivación y el control ante todas las situaciones que puedan presentarse y siempre sonreír como decía [Santa Teresa del niño Jesús](#):

“Mi alegría es cumplir siempre la santa voluntad de mi Jesús, mi único y solo amor. así, vivo sin miedo, amo el día y la noche por igual.”

4.- No es importante y tampoco es urgente: Son las actividades que no requieren de nuestra atención, por ejemplo: chequear alguna red social cada cinco minutos, observar la televisión por varias horas.

Estas estrategias podrían ayudar a la reorganización de la agenda tanto física como digital. Dentro de nuestras ocupaciones y profesiones podemos santificarnos no solo ofreciendo el punto tres, aquellas contrariedades, sino verlas como un medio para conocer personas e invitarlas a la formación tanto intelectual como espiritual.



El descanso también figura dentro del aprovechamiento del tiempo, porque no consiste en matar horas, sino cultivar hábitos saludables, por ejemplo:

- Practicar un deporte.
- Lectura
- Compartir con la familia y amigos.
- Trabajar en la inteligencia intrapersonal (Conocerse, reflexionar para el cambio).

No podemos olvidar **pasar tiempo con Dios, porque Él es quien dirige nuestros días, tiene el control de todo lo creado**. Evitemos manejar el tiempo como si nos perteneciera, más bien pidamos sabiduría para usarlo. Debemos siempre apreciar cada instante, recordemos que **el tiempo es de Dios, para Dios y que no realizamos nada sin su ayuda**. La última frase del Evangelio de Mateo 28:18-20, se refiere a que, si hemos aprovechado el tiempo para cumplir con su voluntad, **Él estará con nosotros hasta el final de nuestros días**.

Quando el cristiano mata su tiempo en la tierra, se coloca en peligro de matar su Cielo: cuando por egoísmo se retrae, se esconde, se despreocupa. El que ama a Dios, no sólo entrega lo que tiene, lo que es, al servicio de Cristo: se da él mismo.

Estas meditaciones de 10 Minutos con Jesús te pueden ayudar sobre el tema:

[1 meditación](#)

[2 meditación](#)

[3 meditación](#)