

Prelaten delar med sig av sina förslag för att hantera vår situation med coronaviruset

Msgr. Fernando Ocáriz ger praktiska tips för att känna med de utsatta eftersom "lider en kroppsdel, så lider också alla de andra" (1 Kor 12:26).

2020-03-14

Rom, den 14 mars 2020

Mina kära: må Jesus bevara mina
döttrar och söner!

Inför de svårigheter som i större
eller mindre grad uppstår just nu på
grund av den epidemi som växer på
grund av COVID-19, kan vi förnya vår
tillit till Herren och bemöta denna
situation "med trons styrka, hoppets
fasthet och kärlekens
brand" (Franciskus, 8/3 2020).

Situationen ser olika ut i olika delar
av världen, men de heligas
gemenskap leder oss att känna med
alla eftersom "lider en kroppsdel, så
lider också alla de andra" (1 Kor
12:26). Som inför all slags nöd, låt oss
föreنا oss i bön med dem som är
mest utsatta, just nu de som är värst
sjuka av coronaviruset, de personer
som har behövt migrera för att
överleva (syrierna de här dagarna),
familjer som blir drabbade av en
tragedi och så många andra
personer.

COVID-19 har på några platser gjort att man är i nödläge, att vardagslivet ändrats och påverkar sinnestillståndet. Det kan vara bra att tänka på att Herren ger oss sin heliggörande nåd även i dessa omständigheter av osäkerhet. Låt oss hjälpa varandra att bemöta denna situation, leva stund för stund, medvetna om att när vi tvingas skala ner på vår yttre aktivitet, så har vi möjlighet att *växa på insidan*.

För att hantera pandemin bestämmer myndigheterna i varje land vad man ska göra för att hindra och kontrollera epidemin. Om det är svårt att följa dem, så tänk då på vad den helige Josemaría sade: Älska och respektera reglerna för ärbar samhällelig samlevnad och tvivla inte på att du genom att lojalt uppfylla dina plikter kommer att få andra att upptäcka den kristna ärligheten, som är en frukt av Guds kärlek, och därigenom möta Gud. (

Plogfåran,322). För de troendes bästa och för samhället i stort ger även kyrkan riktlinjer för hur sakramenten ska firas och de troende tas om hand. Vi tackar för denna omsorg och tillit som kyrkan har till oss. Även vi behöver vara kloka och ställa in planerade aktiviteter om det behövs för att inte ta några onödiga risker.

Vi kan särskilt tänka på hur vi kan tjäna andra som apostlar just när civila och kyrkliga myndigheter gör det omöjligt att ses fysiskt. Det första är att se till att varje person i Verket och era vänner och släktingar inte känner sig ensamma. Vi kan till exempel prata mer med dem på telefon och med personer som vi inte sett på länge. Vi kan utnyttja alla tekniska möjligheter för våra aktiviteter (cirklar, föredrag, betraktelser, samkväm etc) och dela uppbyggande material från nätet. På www.opusdei.org håller visst

material att tas fram som kan hjälpa oss i det andliga livet (texter, videofilmer eller ljudfiler). De kan hjälpa oss att betrakta läsningarna och bönerna i mässan just nu i fastan. www.vaticannews.va streamar påvens mässa dagligen. Vi kan dela erfarenheter med varandra om hur apostolatet ser ut just nu i dessa omständigheter. Det är annorlunda tider som gör att vi behöver stödja varandra, älska varandra med barmhärtig kärlek och verkligen se till att ingen känner sig ensam.

I den mån det är möjligt och tillåtet av myndigheterna kan denna barmhärtighet visa sig i att vi hittar vägar att hjälpa andra (grannar, arbetskamrater, etc). De ömtåligaste förtjänar störst omsorg och även äldre och sjuka personer. Vi kan både vara kloka och gå ut ur oss själva för att ta hand om dem på ett andligt och fysiskt sätt.

På de platser där den yttre rörligheten är mest begränsad kan vi bidra till en positiv miljö hemma hos adjungerade, supernumerarier och vänner, och även i Verkets center. Vi kan upptäcka nya möjligheter att bli bättre vänner med varandra och systrar eller bröder i dessa omständigheter. Några saker som vi kan växa i personligen är att ta emot motgångar och ändrade planer med gott humör, utan att lägga skulden på någon, tänka ut en läsningsplan eller plan med videofilmer, hitta på underhållning och spel så att barnen och våra syskon slappnar av en stund, ta tag i arbetsuppgifter som kräver längre sammansatt tid, träna hemma etc.

Vi tackar särskilt sjukvården som dessa dagar tjänar patienterna med stor självuppooffring. Låt oss tänka mycket på dem och stötta dem i deras arbete.

Kort och gott, låt oss be så att även denna händelse blir ett tillfälle att närma oss Herren mer och *sprida frid och glädje* runtomkring oss.

Jag välsignar er med min mest tillgivna välsignelse

er Fader

pdf | Dokument automatiskt skapad
från [https://opusdei.org/sv-se/article/
prelaten-delar-med-sig-av-sina-forslag/](https://opusdei.org/sv-se/article/prelaten-delar-med-sig-av-sina-forslag/)
(2026-03-22)