

## DECÁLOGO DE LA SERENIDAD

1. Solo por hoy trataré de vivir exclusivamente al día, sin querer resolver los problemas de mi vida de una vez.
2. Solo por hoy tendré el máximo cuidado de mi aspecto: cortés en mis maneras, no criticaré a nadie y no pretenderé criticar o disciplinar a nadie, sino a mí mismo.
3. Solo por hoy seré feliz en la certeza de que he sido creado para la felicidad, no solo en el otro mundo, sino en este también.
4. Solo por hoy me adaptaré a las circunstancias, sin pretender que las circunstancias se adapten todas a mis deseos.
5. Solo por hoy dedicaré diez minutos a una buena lectura; recordando que, como el alimento es necesario para la vida del cuerpo, así la buena lectura es necesaria para la vida del alma.
6. Sólo por hoy haré una buena acción y no lo diré a nadie.
7. Sólo por hoy haré por lo menos una cosa que no deseo hacer; y si me sintiera ofendido en mis sentimientos procuraré que nadie se entere.
8. Sólo por hoy me haré un programa detallado. Quizá no lo cumpliré cabalmente, pero lo redactaré y me guardaré de dos calamidades: la prisa y la indecisión.
9. Sólo por hoy creeré firmemente, aunque las circunstancias demuestren lo contrario, que la buena Providencia de Dios se ocupa de mí como si nadie más existiese en el mundo.
10. Solo por hoy no tendré temores. De manera particular no tendré miedo de gozar de lo que es bello y de creer en la bondad.

(Del *Diario del alma*, de Juan XXIII. Este decálogo lo había escrito de muy joven. También explicaba (mucho antes de ser papa) que él nunca se proponía las cosas a largo plazo, porque la idea de tener que hacer "siempre" una cosa le habría descorazonado, en cambio era capaz de hacer lo más difícil si se lo proponía solo por doce horas)