

## Per al temps de tarda...

Poso en joc la meva intel·ligència, voluntat i cor.

Considero:

- Què ha passat pel meu cor mentre caminava avui?
- Paro atenció al meu món emocional. En quins trams m'he sentit d'una manera i en quins d'una altra?
- Cap a on em mou el que he sentit?
- De què he tingut set al llarg del camí? Com l'he apagada? Què m'hi ha empès?
- A quins pous m'atanso per trobar Jesús?
- Quins convencionalismes sento que trenca el Senyor quan se'm fa trobadís?

## Compartint ressons en grup...

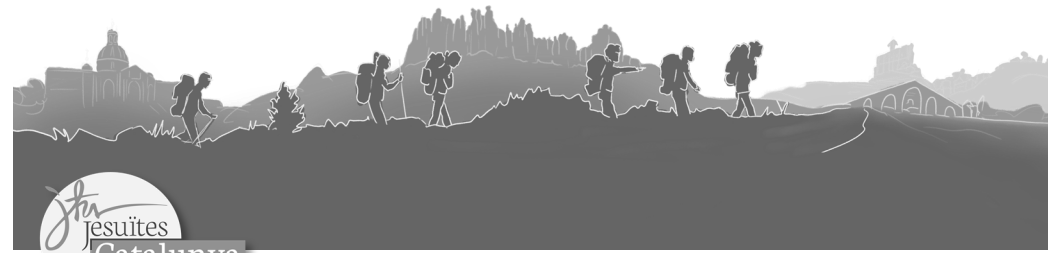
Des d'on? → Sentint que la meua vida és necessària pel pla de Déu.

Què comparteixo?

- Una **imatge**: del que he viscut, que he vist o un record que m'ha vingut.
- O bé un **sentiment**: dominant en el dia d'avui.
- O bé una **idea**: pensament, paraula que més ha ressonat...

## Recollint i tancant el dia...

Vora el pou, endinso la mirada.  
Una cita amb la meua vergonya,  
m'atansa a una aigua contaminada.  
L'aigua que en la foscor queda reclosa.  
Vora el pou, amb aquest neguit,  
descobreixo la teua mirada sobre mi.  
M'empenys a la veritat, Senyor,  
i prenc com a referència la teua vida, eterna.



SET

## Paraula que em mobilitza avui...

Em situo vora el pou. Veig venir el Senyor. Em veu venir. No sé qui espera a qui. La mirada fit a fit de Jesús, la mirada capcot meua, la gosadia de les paraules, l'atreviment de la confiança, la invitació a refer-la quan l'he sentida trencada. Em dispo a deixar-me transformar per aquest atreviment.

*Hi havia, però, aquesta diferència: quan pensava en allò del món sentia molt plaer, però quan després pel cansament ho deixava, es trobava sec i descontent: quan pensava d'anar a Jerusalem descalç i només menjar herbes i fer tots els altres rigors que veia que havien fet els sants, no solament es consolava mentre s'estava en aquests pensaments, sinó fins i tot després d'haver-los deixat quedava content i alegre.*

[St Ignasi, Autobiografia, 8]

## Aquest matí prego amb...

*Déu és en aquesta set que no es conforma amb qualsevol aigua.*

*I és que a Déu se l'ha de trobar en la set / si se'l vol trobar en l'aigua.*

*Perquè la set de Déu és, / molt abans que la set que nosaltres tenim d'Ell,*

*la set que Ell té de nosaltres. / Si, Déu es mor de set per nosaltres.*

*I és que l'amor dona set. / Set de la persona estimada.*

*Ell coneix, estima i desitja la nostra aigua, / i és per això que la seva set, ens salva.*

*Necessitem persones, com la samaritana,*

*que ens donin a conèixer les coordenades d'Aquell*

*que ens pot donar la set abans de donar-nos l'aigua.*

Marc Vilarassau, sj

## Faig conscient el meu cos...

Respirant a través del tacte, la pell,  
la meua porositat s'obre al Senyor.

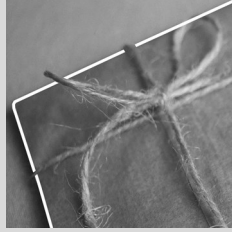


## Cada dia del camí...

Senyor, ajuda'm a anar orientant tota la meua vida (interior i exterior, conscient i inconscient) cap a Tu, cap a l'amor i el servei a Tu en totes les teves criatures.

### Avui demano...

Sentir que ens trobem, Senyor, Tu i jo, cansats, arran del pou. La teua mirada em descobreix la meua set. Demano la gosadia de deixar-me exposar davant aquesta mirada, vora el pou, per respondre al que em proposes com a millor.



### Text bíblic

Encontre de Jesús amb la Samaritana (Jn 4, 1-42)

*Jesús havia de travessar Samaria. Arribà, doncs, en una població samaritana que es deia Sicar, no gaire lluny de la propietat que Jacob havia donat al seu fill Josep; allà hi havia el pou de Jacob. Jesús, cansat de caminar, s'assegué allí a la vora del pou. Era cap al migdia.*

*Una dona de Samaria es presentà a pouar aigua. Jesús li diu: «Dóna'm aigua.»*

*Els seus deixebles se n'havien anat al poble a comprar menjar.*

*Però la dona samaritana preguntà a Jesús: «Com és que tu, que ets jueu, em demanes aigua a mi, que sóc samaritana?» Cal recordar que els jueus no es fan amb els samaritans.*

*Jesús li respongué: «Si sabessis quin és el do de Déu i qui és el qui et diu: "Dóna'm aigua", ets tu qui li n'hauries demanada, i ell t'hauria donat aigua viva.»*

*La dona li diu: «Senyor, no tens res per a pouar i aquest pou és fondo. D'on la trauràs, l'aigua viva?»*

*El nostre pare Jacob ens va donar aquest pou, i en bevia tant ell com els seus fills i el seu bestiar. ¿Que potser ets més gran que no pas ell?»*

*Jesús li respongué: «Tots els qui beuen aigua d'aquesta tornen a tenir set. Però el qui begui de l'aigua que jo li donaré, mai més no tindrà set: l'aigua que jo li donaré es convertirà dintre d'ell en una font d'on brollarà vida eterna.»*

*Li diu la dona: «Senyor, dóna'm aigua d'aquesta! Així no tindrè més set ni hauré de venir aquí a pouar.»*

*Ell li diu: «Vés a cridar el teu marit i torna.»*

*La dona li contesta: «No en tinc, de marit.»*

*Li diu Jesús: «Fas bé de dir que no en tens. N'has tingut cinc, i l'home que ara tens no és el teu marit. En això has dit la veritat.»*

*La dona li respon: «Senyor, veig que ets un profeta».*

### Caminant en silenci...

Repasso moments de la meua vida, portant-hi la memòria de cap i cor:

- En la meua vida, la set de Déu és present? Quin moment en recordo?
- Què hi trobo quan miro fit a fit? Què em porta a refer confiances trencades?
- Què em mou a pouar endins del meu propi pou?
- Quines pors tinc? Com sento que les acull Jesús?
- On ens trobem, el Senyor i jo, en aquesta set?



### Avui poso atenció a...

..al contacte dels peus en cada passa, diferent segons el terreny pel que camino. Trepitjo Terra Sagrada i adoro el Senyor.