

Per al temps de tarda...

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

- Com m'he sentit avui?
- Sento la vida com un cant de lloança a Déu? Tot el que soc, el que tinc, el que faig, l'estimació que rebo i dono...
- Agraeixo la vida que m'és donada i beneixo la dels altres?
- En quins moments he sentit que Déu hi era present en els trams d'avui?
- Quin lloc ocupa en mi la lloança?

Compartint ressons en grup...

Des d'on? → Sentint que la meva 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...

Senyor, la teva paraula és veritat i et demanem consagrar-nos al teu amor. Ens confiem a tu, sabent que som fràgils i dèbils. Potser d'aquí a uns dies ens semblarà que ja no hi ha res dins nostre del que hem viscut en aquests exercicis, però Tu ets fidel i ens has posat en un camí que tu duràs endavant fins el final de la teva promesa que no es menysprearà. Amb aquesta confiança, no tenim el futur sinó que ens preparem per ell amb alegria.



(Carlo M. Martini)



LLOANÇA

Paraula que em mobilitza avui...

La Resurrecció de Jesús ens convida a viure la vida en una actitud fonamental de lloança, agraïment, benedicció, pau, comunió amb les persones i amb la creació.

La consolació més gran que tenia era mirar el cel i els estels, i ho feia sovint i bona estona perquè en treia una força molt gran per a servir nostre Senyor.

[St Ignasi, Autobiografia, 11]

Aquest matí prego amb...

1 Re 19,13-14

Què hi fas aquí Elies?

*Estic encès de zel per tu, Senyor,
Déu de l'univers.*

Sl 148

Al·leluia!

*Lloeu el Senyor des del cel,
lloeu-lo en les altures;
lloeu-lo, tots els seus àngels,
lloeu-lo, tots els seus estols;
lloeu-lo, sol i lluna,
lloeu-lo, estrelles lluminoses;
lloeu-lo, cel del cel
i aigües de sobre el cel.
Lloeu el Senyor des de la terra,*

*monstres marins i tots els oceans,
llamps i pedra, neu i boira,
huracans, que compliu les seves ordres,
muntanyes i tots els turons,
arbres fruiters i tots els cedres,
feres i animals domèstics,
rèptils i ocells alats,
pobles i reis de la terra,
poderosos i jutges del món,
infants i vells,
joves i noies.
Que tots lloïn el nom del Senyor,
l'únic nom que excel·leix sobre tot altre;
la seva majestat domina cel i terra.
Ell ha donat al seu poble un gran poder.
Al·leluia!*

Faig conscient el meu cos...

Soc respiració. Faig atenció al que em respira per dins. Em sento respirat/da. Sento la força que em dona per continuar el camí amb joia i esperança cap a Déu.

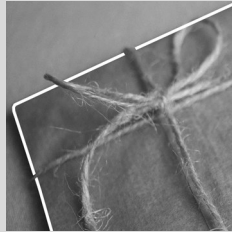


Cada dia del camí...

Senyor, ajuda'm a anar orientant tota la meva 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...

Demano fer experiència de la resurrecció de Jesús també enmig de les situacions de mort.



Text bíblic

Psalm 116

Em sento ple d'amor: el Senyor ha escoltat la meva súplica, ha escoltat el meu clam així que l'invocava.

M'envoltaven els llaços de la mort, tenia davant meu els seus paranys i dintre meu l'angoixa i el neguit.

Vaig invocar el nom del Senyor: «Ah, Senyor, salva'm la vida!»

El Senyor és just i benigne, el nostre Déu sap compadir; el Senyor salvaguarda l'indefens, jo era feble i m'ha salvat.

Recobra la serenor, ànima meva, mira el que t'ha fet el Senyor.

Ha alliberat de la mort la meva vida, els meus ulls, de negar-se en el plor, els meus peus, de donar un pas en fals.

Continuaré caminant entre els qui viuen, a la presència del Senyor.

Em sento ple de fe, tot i que deia: «Que en soc, de dissortat!»;

tot i que deia, veient-me perdut: «Els homes, tots enganyen!»

Com podria retornar al Senyor tot el bé que m'ha fet?

Invocant el seu nom, alçaré el calze per celebrar la salvació.

Compliré les meves promences, ho faré davant el poble.

Al Senyor li voldria la mort dels qui l'estimen.

Ah, Senyor, soc el teu servent, ho soc des del dia que vaig néixer.

Tu m'has trencat les cadenes.

T'oferiré una víctima d'acció de gràcies invocant el teu nom;

compliré les meves promences, ho faré davant el poble,

en els atris de la casa del Senyor, al teu bell mig, Jerusalem. Al-leluia!

Caminant en silenci...

Repasso moments de la meva vida en els que recordo el meu cor obert a confiar en Déu, a sentir-ne Presència en el que estava vivint.

Repasso d'altres moments en els que no ho he sentit, i ara, mentre camino, els agraeixo també.



Avui poso atenció a...

En les estones en les que sols hi ha silenci, sento que Déu és en mi i que em porta de la mà. Fem camí junts, m'acosto a Ell i en dono gràcies.