

5 CONSELLS PER CRÉIXER EN PREGÀRIA



1. **COMENÇA EL DIA AMB DÉU.** Inicia cada matí amb el Senyal de la Creu i un Pare Nostre, agraint que comences un nou dia.
2. **EN FAMÍLIA ÉS MILLOR.** Prega amb el teu marit, la teva dona, en família, amb els nens, al moment de pujar al cotxe, abans de cada àpat i abans d'anar al lliit.
3. **CONVERTEIX LES OBRES EN PREGÀRIA.** Ofereix a Déu tot el bé que facis cada dia. Que les teves activitats siguin com una pregària a Déu.
4. **ACOMPANYA EL CAMÍ AMB MÚSICA.** Escolta música cristiana al cotxe. Hi ha cançons modernes i molt maques, de tots els estils que ajuden a pregar. Prova també escoltar-les quan cuines o fas altres feines.
5. **PARTICIPA.** Assisteix i forma part de les activitats de pregària que s'organitzen a la Parròquia: Missa, Tardes amb Jesús, Viacrucis i DIOSENCHUFADOS- *Online* amb Déu (durant la Quaresma...).



GPS
(Guia Per Seguir Avançant)
Març 2022

La Nostra Visió, aquí



LA PREGÀRIA, LA TEVA VITAMINA

Està estudiat que la llum del sol ens aixeca l'ànim i ens proporciona substàncies importants, com ara la vitamina D.

Aquesta vitamina és molt important, per exemple, en la regulació del sistema immunològic, el sistema cardiovascular i el creixement cel·lular.



(Continua a la pàgina següent)

Via Crucis

Divendres de Quaresma
Dv 4, 11, 18 i 25 març
Dv 1 i 8 abril / 16:45 - 17:15



Una bona manera per créixer en delicadesa espiritual. Meditar el camí de Jesús pels carrers de Jerusalem i la seva Passió salvadora, fins a morir a la Creu, **ens prepara per a viure bé la Setmana Santa.**

Diumenge de Rams

Dissabte 9 i
diumenge 10 d'abril

Benedicció de rams i
Missa solemne de Rams.
Amb aquesta celebració
començarem la
Setmana Santa del 2022

Visquem-la amb una fe
ben renovada!



LA NOSTRA VISIÓ



EVANGELITZACIÓ



FRATERNITAT



FORMACIÓ



PREGÀRIA



SERVEI

«La teva parròquia:
una família alegre,
on ens estimem,
evangelitzem
i compartim la fe
i la vida»



Tardes amb JESÚS

Adoració al Santíssim, pregària amb música en directe i silenci, per descansar i trobar pau.

- 1r i 3r diumenge de mes / 19-20:00
- Març 20 / Abril 3 i 24



PREGÀRIA

L'Eucaristia és
el nostre estil de vida

CONNECTAR AMB DÉU PER ARRIBAR ALS ALTRES

La Missa és per nosaltres els cristians, la «gran pregària», que no acaba quan el mossèn ens diu *aneu-vos en en pau*, sinó que comença quan sortim i vivim el que hem vist i sentit.

La pregària ens connecta amb Déu,
i ens dona l'energia per funcionar.



PARRÒQUIES Montornès

SANT SADURNÍ · MARE DE DÉU DEL CARME

Camí Antic de Martorelles, 1, 08170 Montornès del Vallès, Barcelona · Tel.: 935 68 01 46
www.parroquiesmontornes.org · santsadurni534@bisbatdeterrassa.org

COM VIVIM LA FE
ÉS EL QUE SOM

(Continua de la portada)

Podem obtenir la vitamina D gràcies a alguns aliments, però **hi ha una manera molt simpàtica de que en tinguem més, i d'una forma barata...**

Una de les maneres com el nostre cos produeix vitamina D és **quan la pell està exposada a la llum solar.**

Deixant que ens toqui el sol, "passen coses": **el nostre cos reacciona produint vitamina D i ens ajuda a estar saludables.**

Amb la pregària passa una mica el mateix.

En la pregària, Déu actua i és eficaç en les persones. Fa que tinguem una vida millor.

Per tant, si volem tenir una vida millor cal que ens exposem a la llum del sol, de Déu, en la pregària. Et farà molt de bé!

Mossèn Oniol Gil

Una manera de pregar LECTIO DIVINA



Quan llegim la Bíblia amb la ment i el cor oberts descobrim que Déu ens parla directament. **Lectio divina** és una metodologia per pregar que significa "Lectura orant de la Paraula de Déu". Aquest són els passos per practicar-la:

0. INVOCA... a l'Esperit Sant. Demana-li que t'il·lumini, que t'obri a la comprensió de la Paraula i que t'animi a respondre amb la teva vida.

1. LLEGEIX... molt a poc a poc el text bíblic. Torna a llegir-lo. Llegeix també, si pots, algun comentari que t'ajudi a conèixer millor el sentit del text. Dona-li temps al Senyor i escolta el missatge que Ell vol donar-te en aquesta Paraula. **QUÈ DIU el text?**

2. MEDITA... què et diu la Paraula que has llegit lentament. Una vegada que hakis captat el sentit del text, fes-te aquesta pregunta. **QUÈ EM DIU a mi aquest text?**

3. PREGA... deixant que brolli en tu la súplica, la lloança, la intercessió, l'acció de gràcies... **QUÈ EM FA DIR-LI A DÉU el text?**

4. CONTEMPLA... queda't impressionat, en silenci, en calma. Deixa't animar per la força de la Paraula, com qui rep la calor del sol. **ESCOLTA en el silenci i la quietud.** Déu no parla fort, però sí de forma clara.

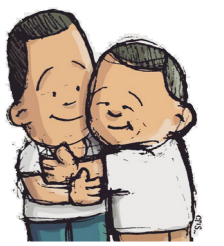
5. ACTUA... Fent un compromís que brolli d'aquesta trobada amb el Senyor. És el salt a la vida. Animat i envaït per la Paraula, torna a la vida a amb una altra actitud. **A QUIN COMPROMÍS em mou el text?**

Descobreix la nostra proposta



QUARESMA 2022

40 x **14**
DIES OBRES DE MISERICÒRDIA



Les 24 hores pel Senyor Divendres 25 i dissabte 26 de març

18:30-20:00 Activitats per a famílies.
20:30 Inici de Les 24 hores, amb torns de pregària tota la nit.

Apunta't a la sagristia. Veuràs el que és estar una hora seguida pregant!

Activem la **PREGÀRIA**



Celebració penitencial comunitària (confessions)

Ds 26 març / 11:30 a 13:00



Torna el Taller del Perdó Del divendres 8 al diumenge 10 d'abril

Guiat pel Toni Piniés, psicòleg, és una experiència única de reconciliació i trobada amb Déu.

+ info a la web



DIOSENCHUFADOS

Online amb Déu
Ds 19 març i 2 d'abril
17:30-18:30

Descobriràs una proposta innovadora i molt pràctica per connectar amb el Senyor com mai no ho has fet!

Obert a tothom, però especialment als pares d'infants i joves.



Posa en forma la teva ànima! Exercicis espirituals de Quaresma

Del divendres 18 de març /19:30
al diumenge 20 de març /18:30

Conjuntament amb la Parròquia de Sant Esteve de Parets.

Del divendres 1 d'abril /19:30
al diumenge 3 d'abril /18:30

Conjuntament amb la Parròquia de Santa Maria de Cardedeu.

+ info a l'església

Càritas
Diocesana de
Terrassa

Col·labora amb l'emergència d'UCRAÏNA

Ajuda internacional **Ajuda als refugiats que arriben**

BIZUM al 00089

La Caixa

ES31 2100 5731 7502 0026 6218

Santander

ES88 0049 6791 7121 1600 9428

BIZUM al 33432

Fiare (banca ètica)

ES05 1550 0001 2800 0193 5626

www.caritasdtr.org