

Busca un bon moment, un lloc tranquil, apartat una mica del món, vas a parlar amb Déu! No necessites el mòbil, apaga'l. Respira profundament. Fes-te present un paisatge relaxant ... Sent la teva respiració...



T'estic mirant amb tendresa, amb amor,
et veig, t'escolto atentament,
estic pendent de tu.

Imagina't la meva presència aquí amb tu.

Hi sóc.

Quedat un minut en silenci, davant la meva presència.

I ara parla'm...

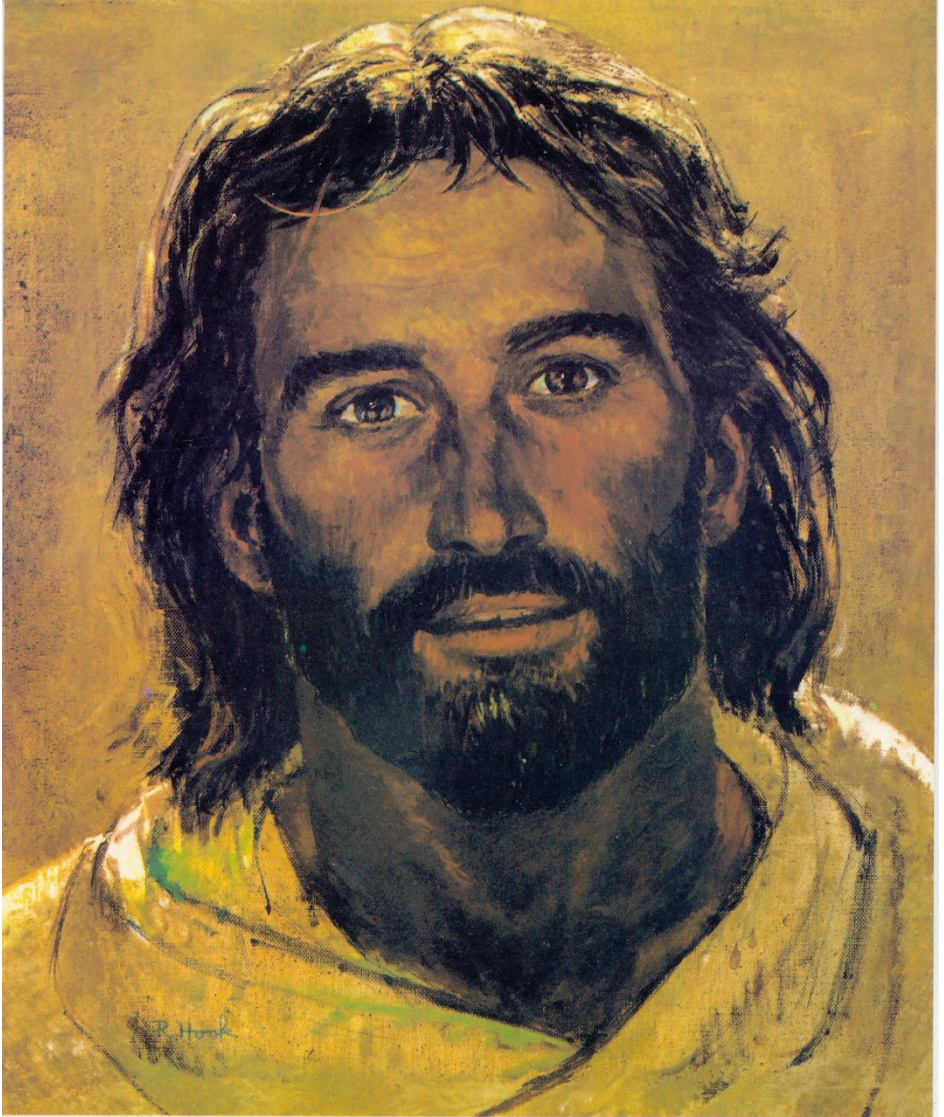
Parla amb Jesús: (con si parlessis al millor dels teus amics)

- . Gràcies per ...
- . Et demano perdó per ...
- . Vull demanar-te que ...
- . Avui m'ha passat ...

No cal que les facis totes. Deixa't portar pel diàleg...

Parla, però també escolta a Jesús, el teu amic. Ves fent breus silencis, i sentiràs a Jesús en el teu cor.

Parenostre (poc a poc, pensant el que dius)



“Y VOSOTROS, ¿QUIÉN DECÍS QUE SOY YO?”

(Lc 9, 20)