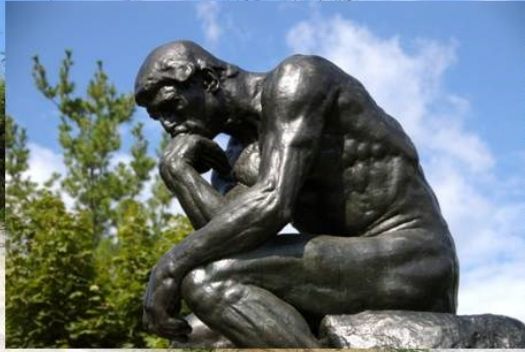


Quin camí triaràs?



Satisfaccions
que duren

Satisfaccions
momentànies



Guia de pregària
Adults 2019





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

¿Dialoguem?

Tanca els ulls
respira profundament
i posa't a la meva presència ...



Tinc 15 minuts ... agafó l'evangeli!!

Introducció:

La paraula de Jesús no és com les paraules dels homes. Les seves paraules són esperit i són vida. Les seves paraules expressen la vida i comuniquen la vida. Les seves paraules no son ara menys eficaces que aleshores. La seva paraula té capacitat de transformar la teva vida. La seva Paraula és una acció divina. Jesús et parla. Acull amb atenció la seva paraula.

Posa't a la presència de Déu (pag 1)

Llegeix l'evangeli

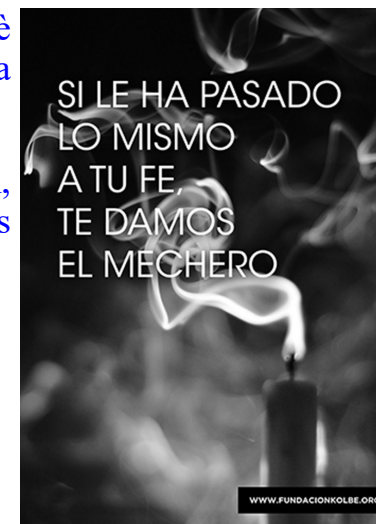
El que vulguis, o el del dia. Comença a fer-te teu l'evangeli, a "manejarlo con soltura". Llegeix detinguda i tranquil·lament.

Fes silenci, deixa que la paraula entri.
Mira i escolta a Jesús, mira i escolta als personatges, entra en l'escena i mira com si hi fossis present. Estigues aquí uns minuts.

Pregunta't: què està dient Jesús? Què em vol dir a mi? Com visc la seva paraula?

Dialoga amb ell, què li dius tu a Ell, explica-li els teus desitjos, les teves dificultats, les teves esperances, ...

Dona-li gràcies.



Tinc 10 minuts ... camins diversos!

Diàleg 4:

Prega amb un salm. Et pot ajudar recitar-lo en veu alta. Procura que el que diuen els teus llavis ho segueixi el cor. No facis una lectura mecànica, sinó una lectura atenta a cada mot, mira de fer teva l'expressió del salmista. Pensa també quins sentiments, experiències, el porten a manifestar-se així.

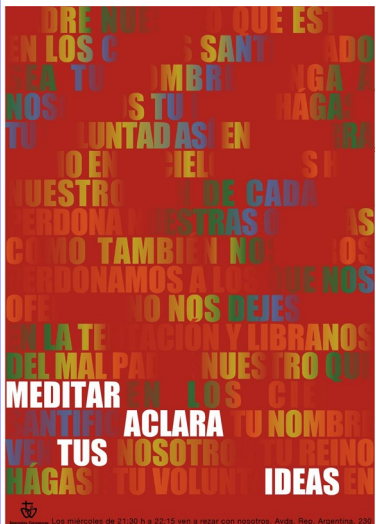
A vegades veuràs que hi ha una paraula, una frase que t'ha sorprès, t'ha cridat l'atenció: Déu t'està parlant, para't, deixa de recitar i queda't allà... Al acabar pots repetir les frases o paraules que més t'hagin agradat ... Lectura lenta, pausada... sense preses ... la vida espiritual no li pots donar preses.

Diàleg 5:

a) Dóna gràcies per tot el bé que Déu t'ha donat: recorda els beneficis de Déu, t'ha beneït tant ... Cal fer memòria, memòria agraïda. Gràcies per la família que ens estima ..., pels nostres amics ..., per la fe, ...

b) En el dia a dia tots experimenten dificultats. Dificultats per a pregar, per a estimar, per a donar-nos als altres, per a fer bé el que hem de fer, per a comunicar la Bona Nova,... Demana la seva gràcia, des de la nostra feblesa implorèm el seu do per a que ens ajudi en tot allò que ens costa. Ajuda'm Senyor a...

c) Demana perdó pel mal que has pogut fer durant el dia, per les teves ofenses a Déu i als germans: la peresa, l'orgull, la covardia, les ganes d'aparentar, els insults, anar a la teva,... Demana perdó i força per a que no torni a passar.



Tinc un minut ... al matí

Jesús, avui no tinc temps ...

Demà miro d'organitzar-me una mica millor

Beneeix-me!

Done'm saviesa!

Condueix-me!

Què estimi!

Que et recordi al llarg del dia, especialment ...

Tinc cinc minuts ... al matí

Bon dia Jesús!. El sol s'aixeca, comença un nou dia.

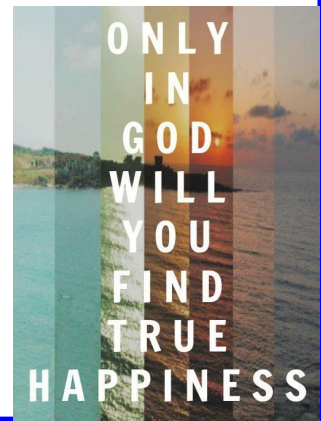
Gràcies per preparar-me aquest dia, on trobaré la teva tendresa en les petites coses, espero trobar-te a ...

De bon matí em dius "vine, segueix-me!". Aquí em tens Senyor. Que sigui un dia ple d'amor a tu i als germans. Que estimi + a ... Vull fer créixer el teu Regne, anunciant l'evangeli i servint als germans. Avui ajuda'm a

En les dificultats fes que experimenti la força del teu esperit. Avui ajuda'm ...

Allunya de mi la tristesa, la melancolia i els complexos!!

Senyor fes que avui no caigui en el pecat, dóna'm força en la temptació! Et seré fidel!
Gràcies Jesús!



Tinc 10 minuts ... pregària de la nit

Posa't a la presència de Déu (pag 1)

Bona nit Senyor, ja s'acaba el dia d'avui, i vull que els meus últims pensaments siguin per a tu. Vull tancar el dia, mirant-te als ulls per dir-te gràcies!. "Parla Senyor que el teu servent t'escolta!"

Ara faré un repàs del dia que he viscut, ajuda'm a descobrir tots els moments en els que t'has fet present en la meva vida, en les coses que he fet, en les persones que has fet que em trobi. A través dels meus sentits t'he descobert ...

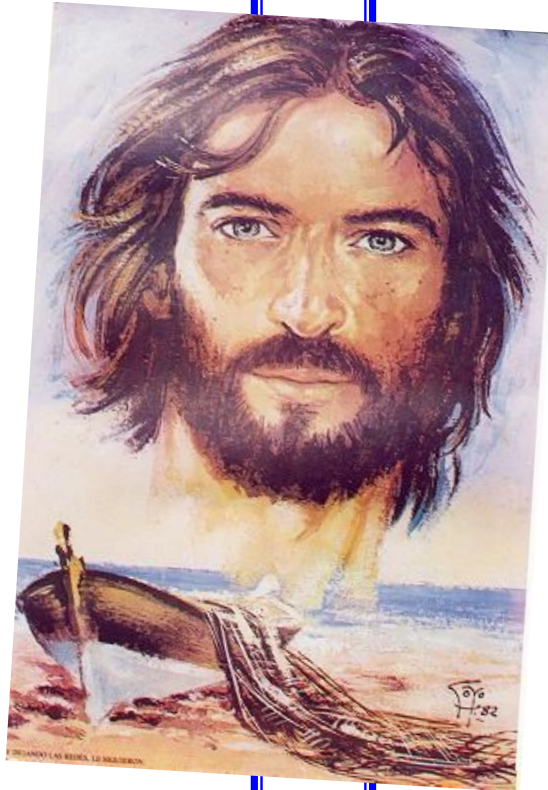
(Fes ara un repàs de tot el que has viscut avui)

Fes que demà encara pugui descobrir més la teva presència i estigui més atent a les teves inspiracions.

També he tingut un problema/disgust ...estic una mica trist... *(explica-li)*. Que les dificultats no m'abatin Senyor. Jo sé que per més enemics i problemes que jo tingui, tu sempre estàs al meu costat. Ets el bon pastor ...

Senyor perdona'm els pecats que avui he comès. Sóc feble ... Fes-me fort ... Fort a estimar, a perdonar, a no judicar ... Senyor et seré fidel! Senyor entra en el meu cor!! *(repeteix-li)*

Senyor guarda el meu son d'aquesta nit, empara'm sota les teves ales,.. *Dóna-li un petó a Maria i prega ara tres avemaries.*



Tinc 10 minuts ... camins diversos!

Diàleg 1:

Descarrega en Ell tot el que portes al teu cor, tot el que t'omple: alegries, penes, esperances, somnis, desitjos, problemes, dubtes, pors, lluites, treballs...

No et quedis amb res. Deixa-ho tot a les seves mans. Tot. Confia't a Ell. Abandona't a Ell. I un cop hagi buidat el cor i cap de tot... escolta

Queda't allà, en silenci, en escolta, per descobrir la presència que t'habita.

Diàleg 2:

"Jo el miro i ell amb mira". Posa't a la seva presència. Fes una pregària silenciosa, contemplativa. No cal parlar. Experimentes que Déu és en tu, que et mira des de dins. Hi ha que deixar que Ell entri, desitjar-ho, donar-li entrada, que Ell s'apropii. És el recolliment infós. És una relació d'entrega i donació. T'abandones a Déu. És una oració de quietud. És un do.

Diàleg 3:

Prega amb el Parnostre, resa'l poc a poc, fes silenci després de cada petició, dialoga amb Jesús a partir de cada frase. És la pregària que Jesús ens va ensenyar .. La més perfecta .. La que ens va fent cristians ...