

CLICK TO PRAY

FRATERNITAT HUMANA



Xarxa Mundial d'Oració del Papa



meJ
MOVIMIENTO
EUCARÍSTICO
JUVENIL



CLICKTOPRAY

4

INTENCIÓ

Desembre

5

COMENTARI A LA INTENCIÓ

Papa Francesc

6

ACTITUDS DEL MES

per viure la intenció

7

OFERIMENT

Pregària

8

FER-NOS GERMANS...

Bettina Raed

16

LA VERITAT ENS FA GERMANS

Shahrzad Houshmand Zadeh

24

LA FRAGILITAT DELS NOSTRES VINCLES

Equip Click To Pray en castellà

32

FES QUE CAMINI MÉS A POC A POC

XMOP Argentina-Uruguai

40

ROSTRES DE DÉU

Carlos Núñez

COM PREGAR AMB Click To Pray?

PREGAR AMB CTP ÉS SENZILL

ÉS UNA PROPOSTA DE TRES MOMENTS DIARIS DE
PREGÀRIA QUE ET PERMETRÀ TROBAR-TE AMB JESÚS
EN LA TEVA VIDA QUOTIDIANA



COMENÇA EL DIA AMB LA **PREGÀRIA D'OFERIMENT**.
DESPRÉS LLEGEIX LA REFLEXIÓ "**AMB JESÚS AL
MATÍ**" I DEDICA UNS MINUTS A MEDITAR AMB LA
REFLEXIÓ.



EN EL TEMPS DE DESCANS,
AL MIGDIA, MEDITA AMB LA REFLEXIÓ
"**AMB JESÚS DURANT EL DIA**"



EN **ACABAR EL DIA**, REPASSA LA TEVA JORNADA
AMB LES PAUTES DE LA REFLEXIÓ
"**AMB JESÚS A LA NIT**".



*Intenció d'oració per a l'evangelització,
pel mes de GENER*

PAPA FRANCESC

RELACIÓ PERSONAL AMB JESUCRIST

DESAFIAMENT DEL MES

**Que el Senyor ens doni la gràcia
de viure en plena fraternitat
amb germans i germanes d'altres
religions, pregants els uns pels altres,
obrint-nos a tots.**



Comentari del Papa Francesc a la intenció del mes

La fe porta al creient a veure en l'altre a un germà que cal sostenir i estimar. Per la fe en Déu, que ha creat l'univers, les criatures i tots els éssers humans -iguals per la seva misericòrdia-, el creient està cridat a expressar aquesta fraternitat humana, protegint la creació i tot l'univers, i ajudant a totes les persones, especialment les més necessitades i pobres.

Des d'aquest valor transcendent, en diferents trobades presidides per una atmosfera de fraternitat i amistat, hem compartit les alegries, les tristeses i els problemes del món contemporani, en el camp del progrés científic i tècnic, de les conquestes terapèutiques, de l'era digital, dels mitjans de comunicació de masses, de les comunicacions; en l'àmbit de la pobresa, de les guerres i dels patiments de molts germans i germanes de diferents parts de món, a causa de la carrera d'armament, de les injustícies socials, de la corrupció, de les desigualtats, de la degradació moral, del terrorisme, de la discriminació, de l'extremisme i de molts altres motius.

D'aquests diàlegs fraters i sincers que hem tingut, i de la trobada plena d'esperança en un futur lluminós per a tots els éssers humans, ha nascut la idea d'aquest «Document sobre la Fraternitat Humana». Un document pensat amb sinceritat i serietat perquè sigui una declaració comuna d'una voluntat bona i lleial, de manera que convidi a totes les persones que porten al cor la fe en Déu i la fe en la fraternitat humana a unir-se i a treballar juntes, perquè sigui una guia per a les noves generacions cap a una cultura de respecte recíproc, en la comprensió de la immensa gràcia divina que fa germans a tots els éssers humans. [...]

DOCUMENT SOBRE LA FRATERNITAT HUMANA PER LA PAU MUNDIAL I LA CONVIVÈNCIA COMUNA
FRANCESC, 4 DE FEBRER DE 2019

VEURE EL TEXT COMPLERT:
http://www.vatican.va/content/francesco/es/travels/2019/outside/documents/papa-francesco_20190204_documento-fratellanzaumana.html
© COPYRIGHT - LIBRERIA EDITRICE VATICANA

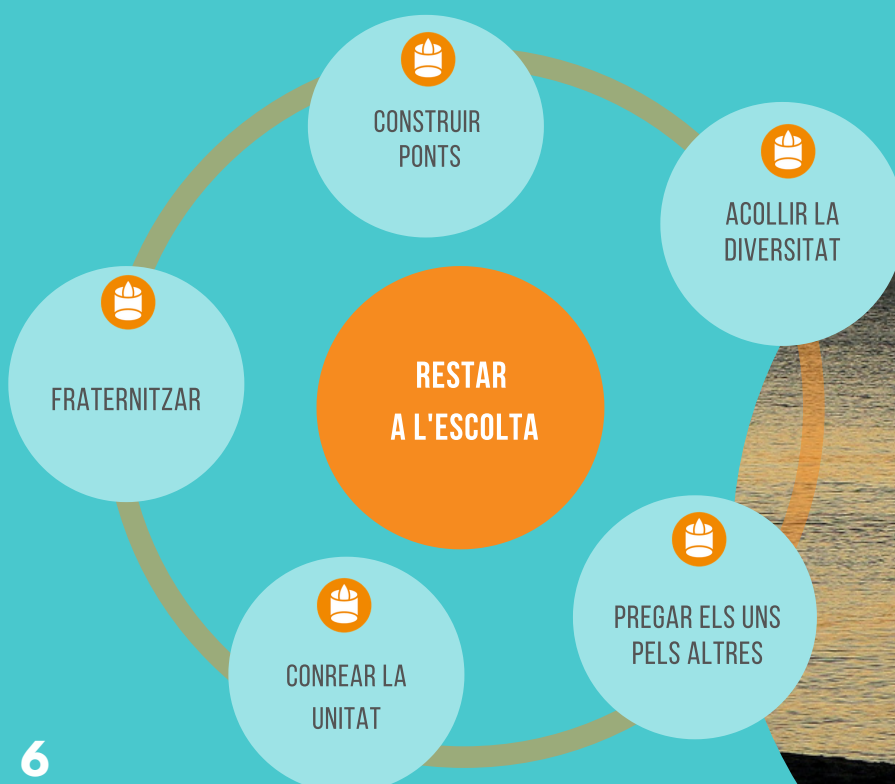


Actituds del mes per encarnar a la nostra vida

Les intencions d'oració del Papa neixen de la compassió pel món i, per tant, expressen desafiaments de la humanitat i per a la missió de l'Església. Quan Francesc ens confia les seves intencions de pregària, ens ajuda a apropar-nos al Cor de Crist, a contemplar el món amb els seus propis ulls: «El Cor de Crist és tan gran que desitja acollir-nos a tots en la revolució de la tendresa. La proximitat al Cor de Jesús insta al nostre cor a apropar-se al nostre germà amb amor, i ens ajuda a entrar en aquesta compassió pel món» (Francesc).

Cada intenció pot ser desplegada en actituds concretes que ajuden a encarnar-la a la pròpia vida. Aquestes actituds constitueixen "un aterrar" a la vida concreta i, per tant, orienten el disseny de continguts als diversos projectes de la Xarxa Mundial d'Oració del Papa (Apostolat de l'Oració), a les instàncies de formació, pregària i activitats apostòliques a les comunitats, el tema de les quals sigui la intenció de pregària mensual. Les actituds orienten la forma de concretar, a la pròpia vida, la intenció de pregària.

L'actitud que apareix al centre és l'actitud global mensual, la qual és desplegada en actituds concretes a treballar durant el mes.



Oferiment diari



Pregària

Veniu, Esperit Sant,
inflameu els nostres cors
en les ànsies redemptores del Cor de Crist,
per tal que oferim de veritat
les nostres persones i obres
en unió amb Ell per a la redempció del món.
Senyor meu i Déu meu Jesucrist,
per mitjà del Cor Immaculat de Maria
em consagro al vostre Cor
i m'ofereixo amb Vós al Pare
en el Sant Sacrifici de l'altar,
amb la meva oració i el meu treball,
sofriments i alegries d'avui,
en reparació pels nostres pecats
i perquè vingui a nosaltres el vostre Regne.
Us demanem en especial:
pel Sant Pare i les seves intencions,
pel nostre bisbe i les seves intencions,
pel nostre rector i les seves intencions.
Amén

PER MEDITAR

Germans



Fer-nos germans... Una missió de compassió

El bon samarità palesa que l'existència de cadascú de nosaltres està lligada a la dels altres: la vida no és un temps transitori, sinó temps de trobades. (Fratelli Tutti)

Només u és el nostre Pare, Aquell a qui Jesús anomenà "Papà". I l'Evangeli ens ho diu diverses vegades. El desig de Déu envers nosaltres és que siguem els seus fills. En conclusió, nosaltres som germans i ho som per iniciativa del mateix Pare, i germans en Jesús el seu Fill. Malgrat tot, el desig de Déu no contradiu la nostra llibertat, i a fi que pugui encarnar-se i concretar-se en nosaltres ha volgut necessitar el nostre "Sí". Atès que ésser fills i germans ahora és un do però també una missió. Cadascú té la llibertat d'acollir en tot o en part i, fins i tot, rebutjar aquest desig de Déu. A nosaltres ens toca la missió "d'anar esdevenint cada vegada

fills del Pare i més germans entre nosaltres". Un camí de compassió que demana temps a fi de fer-lo realitat entre nosaltres i viure'l en les situacions concretes d'aquest món, atès que demana el compromís de la nostra llibertat i acció.

Per tot això, fer-nos germans és un "anar-nos fent", un procés que demana temps i disponibilitat a l'obra de Déu i a les petites decisions quotidianes. La fraternitat és l'horitzó, és criteri de discerniment, és orientació general de les nostres actituds. No és una realitat acabada que se'ns lliura, sinó que és un do que rebem i hem de desenvolupar, una història que anem teixint en el camí i que duu el segell de Déu, i també el nostre propi perfume. La fraternitat es concreta en les decisions de cada dia, en la senzillesa de la vida quotidiana, allà on estem cridats a ser fills i germans.

Aquest mes en el que el Papa ens convida a pregar per la fraternitat humana, a fi que el Senyor ens concedeixi la gràcia de viure en plena fraternitat amb els germans i les germanes d'altres religions, pregant els uns pels altres, obrint-nos a tots. El bon samarità (Lc. 10, 25 - 37) ens pot ajudar amb algunes orientacions de quina manera hem d'actuar amb els germans.

1. El samarità veu, se n'adona que hi ha algú que pateix.
2. S'atura, i perd el temps amb el qui resta tirat a terra.
3. Es desvia del propi camí, d'allò que havia planejat.
4. Dóna el que l'altre necessita, destina temps, diners i creativitat a fi d'alleujar a l'altre.

Que el Senyor ens concedeixi la gràcia de fer-nos cada vegada més fills del Pare i germans entre nosaltres.

BETTINA RAED
COORDINADORA INTERNACIONAL
CLICK TO PRAY

GEN DV|1 AMB JESÚS...



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Maria, Mare de Déu. Primer Divendres de mes. Iniciem un nou any. Acull la novetat del Senyor, permet que Ell entri en el teu cor, com Maria, que guardava tot això en el seu cor i ho meditava (cf. Lc 2, 16-21). "Sóc aquí, Senyor, en aquesta jornada mensual de pregària per la intenció d'oració del Sant Pare. Dóna'ns la gràcia de viure en plena fraternitat amb germans i germanes d'altres religions, resant uns pels altres, obrint-nos a tots. Fes que els meus gestos fecundin aquest desafiament en els meus ambients". Agraeix pels germans de la Xarxa d'Oració d'Argentina i Uruguai, que ens ajudaran a resar aquest mes. Parenostre.



DURANT EL DIA | Fratelli Tutti

Pren-te un descans en aquesta tarda. Et convidem aprofundir en la crida que ens fa el Sant Pare a viure com a germans tots, fills i filles d'un mateix Pare. Francesc ens parla de "l'essencial d'una fraternitat oberta, que permet reconèixer, valorar i estimar cada persona més enllà de la proximitat física, més enllà de el lloc de l'univers on hagi nascut o on habiti". Et sents germà dels que no coneixes i estan en altres llocs del planeta? En un gest d'amor abraça a tots els habitants del món en el teu cor. Rellança el teu dia.



A LA NIT | Cultivant la unitat

Entra en el teu interior i agraeix el dia que acaba. Com ha estat? Mira els moments en què has tingut alguna dificultat amb algú. Quins pensaments t'han vingut? Quines actituds has tingut? Has cultivat la unitat o la divisió? Davant els conflictes, demana ajuda a Déu per tendir ponts, no et guiïs pels teus sentiments adversos i no abandonis els teus bons propòsits. Pren nota i practica-ho a partir de demà! Ave Maria.

GEN DS|2 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Sant Basili i Gregori Magne. Obrir camins

Obre el teu cor al Senyor i rep el dia amb agraïment. Ofereix la teva vida per donar-la als teus germans, fent amb ells camins de fraternitat i amistat. "Sóc la veu d'un que crida en el desert: Adreceu el camí del Senyor" (Jn 1, 19-28). La vida és per a construir-la amb altres, per sendes d'unitat, de tolerància, de convivència en la diferència. Pensa avui què és allò que has de rectificar en la teva vida perquè els vincles amb els teus germans siguin més semblants als que va mantenir Jesús amb els seus deixebles. Parenostre.



DURANT EL DIA | Somiar junts

Fes una pausa en el dia per trobar-te amb el Senyor. "Que n'és, d'important, somiar junts! Ens diu Francesc, "Sols, es corre el risc de tenir miratges, en els quals veus el que no hi ha; els somnis es construeixen junts". Com acostumes a treballar, a concretar els teus propòsits, a portar la teva missió endavant? Sempre és "amb altres", mai lluny dels altres. Proposa't obrir-te als altres, construir espais comuns, fer comunitat en el que emprenguis. Amb aquest anhel, continua teu dia.



A LA NIT | Trobades

Asserena el pensament i aquieta la respiració. Recorre el dia a través de les trobades que has viscut i repassa com han sigut. Has creat llaços o t'has mantingut distant, indiferent? Has potenciat el vincle per sobre de les diferències? Apunta el que descobreixis i fes un propòsit perquè les properes trobades t'ajudin a créixer. Ave Maria.

GEN DG|3 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Amb cor atent

Agraeix un nou dia i disposa el teu cor per trobar al Senyor en tots els esdeveniments del teu dia. "Vetlleu, doncs, perquè no sabeu quan vindrà l'amo de la casa: al vespre, a mitjanit, al cant del gall o a la matinada" (Mc 13,33-37). En aquest temps procura descobrir al Senyor en les teves trobades, en els teus treballs, en les alegries i tristeses de cada dia. "Senyor que aprengui a distingir la teva veu entre tantes veus, disposant meu cor a estar en sintonia amb el teu, al servei dels meus germans". Parenostre.



DURANT EL DIA | Vida en comú

Atura la marxa del dia per agafar forces. El Papa ens diu que "una cosa és sentir-se obligats a viure junts, i una altra molt diferent és apreciar la riquesa i la bellesa de les llavors de la vida en comú, que cal buscar i cultivar junts". Valores la presència d'altres germans i germanes en la teva missió quan pensen diferent? Esforça't en ressaltar els punts de trobada, els horitzons comuns, la història compartida, i no alimentis les diferències. Mira la base comuna que uneix, i no el que separa. Renova el teu propòsit d'avui.



A LA NIT | Sembrant pau

Aparta't de les activitats per tancar el dia. Recupera la quietud i la calma. Com et trobes ara mateix? Què vols agrair del que has viscut? Recorda les teves actituds al llarg del dia i descobreix els moments en què has sembrat pau, en què has estat benevolent, positiu, els moments en què has valorat a l'altre. Com t'has sentit en aquests moments? Agraeix els instants en què has estat instrument de pau, i fes el teu propòsit per demà. Ave Maria.

GEN DL|4 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Conduir-los a Jesús.

Inicia la jornada amb cor disposat a col·laborar amb Jesús en la seva missió de compassió. «Un dels dos que havien sentit el que deia Joan i havien seguit Jesús era Andreu, el germà de Simó Pere. Andreu anà primer a trobar el seu germà Simó i li digué: -Hem trobat el Messies —que vol dir «ungit. I el va portar on era Jesús» (Jn 1, 35-42). Recorda avui a aquestes persones que t'han ajudat en el teu camí a apropar-te a Jesús, als que t'han acompanyat en les teves recerques. Demana per ells. Els teus gestos mostren que ets apòstol de Crist? Parenostre.



DURANT EL DIA | Ens salvem junts

Abans de continuar al dia, porta al teu cor la intenció de pregària del Papa. Fes-te conscient de la manera com vius la fraternitat. Francesc ens diu que "el mal perjudica a tots ... que ningú se salva sol, que únicament és possible salvar-se junts". Reflexiona sobre aquestes paraules. El patiment d'una sola persona ens afecta a tots. El dany es comunica a tota la humanitat i a la nostra casa comuna. Pregunta't, davant de cada decisió, què puc fer de bo aquí, encara que no estigui obligat a això? Fes-ho per amor. Rellança la teva tarda.



A LA NIT | Tenint cura dels vincles

Tanca el teu dia. Repassa els rostres d'aquelles persones amb les que t'has relacionat avui. Quines trobades t'han alegrat i quines no? Creus que alguna persona necessita que li demanis perdó? Has tingut una actitud de misericòrdia, o has contribuït a la discòrdia? Caminar amb altres és un regal de Déu. Dóna gràcies per les persones que hi ha a la teva vida. Demana al Senyor la gràcia de veure-les com Ell les veu, i fes el propòsit de tenir cura d'elles. Ave Maria.

GEN DT|5 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Servidors dels germans

Obre el cor i els braços al nou dia. Ofereix la teva vida perquè sigui signe de fraternitat en els teus ambients, servint als teus germans. «Tota la natura és un anhel de servei. Serveix el núvol, serveix el vent, serveix el solc. On hi hagi un arbre per plantar, planta'l tu; on hi hagi un error per esmenar, esmena'l tu; on hi hagi un esforç que tots esquiven, accepta'l tu» (Gabriela Mistral). La teva vida és una crida al servei, com Felipe, que comparteix amb Natanael la Bona Nova de trobar Jesús (cfr. Jn 1, 43-51). Parenostre.



DURANT EL DIA | L'amor treu la por

Fes una pausa per reorientar el teu cor i fer-te més disponible a la missió de Crist. El Papa ens recorda que "una persona i un poble només són fecunds si saben integrar creativament en el seu interior l'obertura als altres". Donar fruits depèn també de la capacitat d'acollida puguem conrear, i per això cal vèncer la por a la proximitat. "La por ens priva així del desig i de la capacitat de trobada amb l'altre". No som competidors, sinó germans en Crist. En el que resta del dia tracta als altres com a germans.



A LA NIT | Respectar les diferències

Busca un racó tranquil i disposa't a recollir el dia. Agraïx el que has rebut d'Ell i viscut amb Ell. Amb qui has estat avui? ¿Has pogut conrear el respecte per l'altre? ¿Has rebut i valorat les persones tal com son, o has intentar fer-les canviar segons el teu parer? Dóna gràcies per aquestes persones que t'aporten una riquesa que potser desconeixes, i fes un propòsit per tenir demà una actitud d'acollida. Ave Maria.

GEN DC|6 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Epifania del Senyor. La diferència enriqueix. Obre el teu cor al nou dia que comences. Els Mags d'Orient van anar a Betlem sense considerar les diferents creences. Es van unir en una "estrella" en comú, en una mateixa adoració, en aquest Tu que els va permetre tornar al seu lloc d'origen transformats i per un altre camí. «Hem vist sortir la seva estrella i venim a adorar-lo» (Mt 2,1-12). Deixa de banda les diferències i centra't en el que t'uneix als teus germans. Ofereix la teva jornada per la intenció del Papa, que ens crida a ser promotors de pau i justícia. Parenostre.



DURANT EL DIA | Fraterns en la comunicació

Pren-te un descans abans de continuar el teu dia, i reprèn l'oració sobre la intenció de pregària. La fraternitat també es juga en la comunicació, ens diu el Papa: "calen gestos físics, expressions de la cara, silencis, llenguatge corporal, i fins el perfume, la tremolor de les mans, el rubor, la transpiració, perquè tot això parla i forma part de la comunicació humana ". Com et comuniquis? Pares atenció als detalls i t'atures en ells o passes ràpid, sense aturar-te amb amor en cada gest que dones o reps? Contempla els gestos dels mags al pessebre.



A LA NIT| Pare de tots

Aquesta tarda, amb actitud de recolliment, entra en el teu interior. Mira amb el cor allò viscut i agraeix al Senyor el que avui t'ha regalat. Has respost a qui necessitava de les teves mans, de la teva paraula, d'una abraçada, del teu somriure, de la teva presència? Has rebut com a germans als que han hastat vora teu, o hi ha algú a qui hakis deixat a la perifèria del teu amor? Demana al Pare de tots el seu cor universal, per veure en cada persona un germà, i ofereix la teva disponibilitat per servir demà sense excloure ningú. Ave Maria.

GEN DJ|7 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Amics en el Senyor

En aquest dia acull la Vida en abundància que el Senyor t'ofereix. «Jesús recorria tot Galilea, ensenyant a les sinagogues, anunciant la bona nova del Regne i guarint entre el poble malalties i xacres de tota mena.» (Mt 4,12-17 23-25). Entre amics és més fàcil sentir-se responsable i col·laborar. D'una comunitat d'amics, és difícil anar-se'n, perquè s'alimenten els desitjos de romandre en l'amor recíproc. Com és la teva comunitat d'amics? Escull avui una actitud que augmenti l'amistat del teu grup. Ofereix el teu dia per la intenció del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | Escotar és rebre de l'altre

Aquesta tarda disposa't a escoltar amb el cor. "Seure's a escoltar l'altre, característic d'una trobada humana, és un paradigma d'actitud receptiva, de qui supera el narcisisme i rep l'altre, li para atenció, l'acull en el seu propi cercle", ens diu Francesc. Escoltes? Quina disposició interior i quant de temps real poses en joc quan algú necessita de tu? La fraternitat també implica rebre a l'altre quan necessita compartir el seu cor. Escolta, acull, eixampla el cor perquè hi càpiguen més germans i germanes. Renova l'ofertament de la teva vida.



A LA NIT | Obrint-te

Pacifica la teva ment en aquest dia que s'acaba. Recorre amb la memòria les gràcies que has rebut. Has pogut descobrir, en els que estimes i en els que et són adversos, el rostre de Déu per a tu? Has viscut obert a tots, o has experimentat resistències? Tanca el dia lloant Déu, i descobreix en què t'ajuden aquestes persones a créixer en la teva vida. Què et proposes per demà? Ave Maria.

Germans



La veritat ens fa germans

S'explica com a anècdota que, l'any 1933, Albert Einstein, davant la petició d'indicar la seva pròpia raça, va escriure: "raça humana". Tant si el fet és verídic com si no, el missatge continua essent vàlid: l'any 1933, de fet, els éssers humans encara no estavem convençuts d'aquesta certa realitat. Malgrat tot, les religions islàmica, cristiana i jueva, a través de la narració del jardí de l'Edén i la primera parella, han transmès als seus seguidors el concepte de la unitat de la família humana: per dir-ho amb unes altres paraules, en definitiva, tots els fills d'Adam i Eva són germans entre ells.

Els viatges i les migracions durant mil·lenis ens han fet diferents en diversitat de colors, idiomes, tradicions i fins i tot religions. Però homes i dones sants de diferents religions han predicat i sempre han treballat amb amor pels altres: per cada pròxim, sense discriminació.

Vuit segles després de l'excel·lent trobada entre Sant Francesc d'Assís i el sultà Al Malik al Kamil, som cridats a rellegir, tornar a visitar i referir-nos a les imatges i els frescos que ens transmeten aquesta trobada. En alguns d'ells, ambdós tenen una aurèola al cap i s'abracen mirant-se intensament, en amicitia i fraternitat. Pensem també en la pregària més íntima de Jesucrist a l'Evangeli: al capítol 17 de Joan (Jn 17,21-23), en el que espera i crida a la unitat entre tots. El seu concepte d'unitat és radical: tal com Déu Pare i el mateix Jesucrist son ú. El que ens uneix a tots és la veritat, com van escriure el gran Pares del Concili, ara fa 56 anys, al document revolucionari Nostra Aetate: "L'Església Catòlica no refusa res del que és veritable i sant en aquestes religions. Considera amb sincer respecte aquestes formes d'actuar i viure,

aquests preceptes i doctrines que, malgrat que en molts punts difereixen del que ella mateixa creu i proposa, malgrat tot, sovint reflecteixen un raig d'aquesta veritat que il·lumina a tots els homes".

Un raig d'aquesta veritat és ben present en el verset de l'Alcorà que declara a tots els éssers humans pertanyents a l'única família humana i, més tard, demana custodiar-la, reconeixent a tots com a fills d'un únic úter.

És per això que tots som germans. Com es menciona en el prefaci del Document sobre la Fraternitat Humana, per la Pau Mundial i la Convivència en Comú, signat el 4 de febrer del 2019 pel Papa Francesc i el Gran Imam d'Al-Azhar, Ahmad Al-Tayyeb: la fe porta al creient a veure en l'altre un germà a qui recolzar i estimar.

SHAHRZAD HOUSHMAND ZADEH
TEÓLOGA MUSULMANA

GEN DV|8 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | El llenguatge del Senyor

"Senyor, avui vull rebre el dia que em regales amb amor. Ajuda'm a tenir, sobretot, una actitud benvolent, i salvar sempre la bona intenció dels meus germans". "Quan Jesús desembarcà, veié una gran gentada i se'n compadí, perquè eren com ovelles sense pastor; i es posà a instruir-los llargament" (Mc 6,34-44). Recorda sempre que "la compassió és el llenguatge de Déu" (Papa Francesc). Expressa compassió i tendresa en els teus gestos, encarnant en els teus ambients la intenció del mes. Parenostre.



DURANT EL DIA | Cercar diàleg

Fes una pausa en el teu dia. Francesc ens convida a conrear la conversa, per créixer en fraternitat. "Podem buscar junts la veritat en el diàleg, en la conversa reposada o en la discussió apassionada. És un camí perseverant, fet també de silencis i de sofriments, capaç de recollir amb paciència la llarga experiència de les persones i dels pobles". Com són les teves converses? Ets pacient i dones temps per entendre't amb els teus germans? O et guanyen les ansietats i el voler la raó? Busca el bé i la veritat en el diàleg. Reprèn el teu dia amb aquest propòsit.



A LA NIT | Conreant la unitat

Entra al teu interior i agraeix el dia que acaba. Com ha anat? Mira els moments en què has tingut alguna dificultat amb algú. Quins pensaments han aparegut en aquests moments? Quines actituds has tingut? Has conreat la unitat o la divisió? Davant dels conflictes, demana ajuda a Déu per crear ponts, no et deixis portar pels teus sentiments adversos, i no deixis els teus bons propòsits. Pren nota i posa-ho en pràctica demà. Ave Maria.

GEN DS|9 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Una Missió per a tu

Desperta al nou dia. Tens una missió que has de dur endavant, el gra de sorra que tu pots aportar mancarà si no hi cooperes. Escull avui la manera de lliurar-te, de donar-te del tot en cada cosa que escometis! “Tot seguit, Jesús va fer pujar els seus deixebles a la barca i els manà que passessin al davant cap a l'altra riba, en direcció a Betsaida, mentre Ell acomiadava la Gent” (Mc. 6, 45). Posa't a l'escolta del Senyor a fi de caminar agafat a la seva mà. Així com diu Francesc, “vàrem néixer per assolir objectius alts, per trobar-nos amb Déu i els germans”. Ofereix la teva jornada per les intencions del Papa. Parenostre



DURANT EL DIA | Cultura de l'atenció

Para un moment a la teva tarda per calibrar el teu cor en sintonia amb el de Jesús. Com has viscut avui les trobades amb els teus germans? Quina ha estat la teva disposició interior envers ells? Com diu el Sant Pare, estem cridats a construir “una cultura diferent que ens orienti a superar les enemistats i a tenir cura els uns dels altres”. Esforça't a viure en actitud de servei i atenció, somriu, tracta amb delicadesa i sent com a pròpies les necessitats d'aquells que estan a prop teu. La fraternitat es conrea des dels petits signes quotidians. Prega per un món més frater.



A LA NIT | Trobades

Asserena el pensament i aqüeta la respiració. Ressegueix el dia a través de les trobades que has viscut i repassa com van ser. Has generat llaços o t'has mantingut distant, indiferent? Has potenciat lligams per damunt de les diferències? Anota el que descobreixis i fes un propòsit a fi que les properes trobades t'ajudin a créixer. Ave Maria.

GEN DG|10 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Baptisme del Senyor. Tu ets el meu Fill estimat. Lliura el teu dia al Senyor, i deixa't batejar en llur amor. "Pare, avui deixo ressonar en les meves oïdes aquestes paraules que vas adreçar a Jesús. Vull ser la teva filla estimada i viure com una veritable ciutadana del teu Regne. Fes-me fidel a la teva missió de compassió, inspira'm les decisions que m'ajudin a dur-la amb el mateix estil que va elegir Jesús. Que estimi Pare i que elegeixi el que el teu Fill Jesús estimà i elegí". "Tu ets el meu Fill estimat" (Mc. 1, 7). Repeteix aquestes paraules en el teu cor durant tot el dia. Parenostre



DURANT EL DIA | L'amor uneix

Atura el curs del teu dia. Reprèn la intenció d'aquest mes, que ens convida a cultivar la fraternitat com a actitud de vida. Tal com diu el Papa Francesc: "L'amor no té en compte si el germà ferit és d'aquí o és d'allà. Perquè és l'amor que trenca cadenes que ens aïllen i separen, tendint ponts; amor que ens permet construir una gran família on podem sentir-nos a casa. Amor que sap de compassió i dignitat. Quant estimes? L'amor als altres és una decisió constant de voler el bé per a tots els germans. Renova el teu oferiment.



A LA NIT | Rebut l'amor

El dia s'encamina cap a l'ocàs. Aplaca la teva ment i recupera l'equilibri interior. Has rebut avui alguna gràcia especial? Agraeix-la. L'Amor del Senyor ha passat avui prop teu, descobreix-lo en les situacions viscudes i en les persones amb les què avui t'has relacionat. Quina ha estat la teva actitud? Ha estat de receptivitat i acollida, o has volgut fer-ho tot a la teva manera? Anota el que evidenciïs i fes el propòsit d'avançar demà en una actitud més receptiva. Ave Maria.

GEN DL|11 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Amb Ell

Rep el nou dia i deixa que ressonin en el teu cor les paraules de Jesús: “Veniu amb mi i us faré pescadors d’homes. Immediatament deixaren les xarxes i el van seguir” (Mc. 1, 17-18). Deixes lloc a Jesús a la teva vida? Fes silenci interior i disposa’t a escoltar on et crida avui el Senyor a seguir-lo com apòstol de llur missió de compassió en el món. Deixa la teva oració en el mur de Click to Pray i resa en comunió amb la Xarxa Mundial d’Oració del Papa per la intenció del mes. Parenostre.



DURANT EL DÍA | Ocupar-nos dels altres

Destina un moment aquesta tarda a pregar amb l’actitud evangèlica del Bon Samarità (Lc. 10, 25-37). El Papa ens convida a observar que “un s’hi acostà”, li regalà la seva propensió, el guarí amb les seves mateixes mans, va donar diners de la seva butxaca i se n’ocupà... li oferí el seu temps. Has experimentat alguna vegada que algú es fes càrrec de tu o et carregués a les espatlles? Quina empremta va deixar aquesta experiència en el teu cor? La fraternitat exigeix regalar temps als altres, un temps al que nosaltres renunciem a fi de tenir cura i alleugerir. Qui et necessita avui?



A LA NIT | Valorant els altres

Fes una parada a fi de tancar el dia i donar gràcies al Senyor per les persones que se’t creuaren en aquesta jornada, amb les que simpatitzes i amb les que no. Apunta-ho. Enregistra allò que hagi après de les mateixes, especialment d’aquelles que et resultin més difícils. Quines qualitats hi has descobert? Quins valors tenen? Estas habituat a valorar-les o únicament et fixes en allò que no t’agrada? Agraeix a Déu per les persones que posa en el teu camí i prega per elles. Després disposa’t a viure un nou demà. Ave Maria.

GEN DT|12 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Al servei

Senyor, avui vull servir els meus germans, fes que les meves mans els abracin, i els meus peus caminin cap a ells. Vull començar aquest dia fent-me proper als qui em necessitin. Fes-me disposat i atent envers els altres. “Després van arribar a Cafarnaüm. El dissabte. Jesús entrà a la sinagoga i ensenyava” (Mc. 1, 21-28). El mateix Jesús és la manifestació de la compassió del Pare envers nosaltres” (Papa Francesc). Tal com ho va fer Jesús, cal que la teva vida sigui expressió de l’Amor del Pare. Ofereix tot el que ets i tens per les intencions del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | Temps de trobades

Comença la tarda dedicant un temps a fi de comparar el teu cor amb el de Jesús. La intenció d’aquest mes ens ajuda a aprofundir les nostres actituds de germanor. “El bon Samarità ensenya que l’existència de cadascú de nosaltres està lligada a la dels altres: la vida no és un temps efímer, sinó temps de trobades”. (Papa Francesc). Aprofita la tarda per posar el cor en cada trobada amb els teus germans; que cap d’ells s’acomadi de tu sense haver rebut una mica de pau, d’alegria i de consol. Estimar depèn de nosaltres.



A LA NIT | Beneir

Recopila el dia que acaba. Repassa el que has viscut, des del primer moment fins a aquest instant. Contempla les persones que has trobat, els llocs que has freqüentat, les activitats realitzades. Dóna gràcies per tots i per tot. Dedica aquest moment a mira els rostres d’aquells amb els qui t’has trobat avui i beneeix-los. Lliura llurs vides al Senyor. Proposa’t tenir cura d’ells i incloure’ls en les teves pregàries. Ave Maria.

GEN DC|13 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Cap a on orientes la teva vida?

Començo el meu dia, Senyor, amb el cor dirigit cap a Tu. Vull col·laborar amb Tu i que Tu siguis el centre de la meva vida. Que Tu siguis el meu principi i la meva fi, el començament i la meva fi, que res en mi resti lluny de Tu. Vius centrat en tu mateix o estimant i servint els altres? La finalitat del teu amor és l'altre o tu mateix?. Procura i ocupa't en donar i donar-te abans que en rebre, llavors el teu cor arribarà a estimar. “Al vespre, quan el sol s’havia post, li anaren portant tots els malalts i els endimoniats. Tota la població s’havia aplegat davant la porta. Ell va curar molts malalts que patien diverses malalties, també va treure molts dimonis” (Mc. 1, 32 – 34).



DURANT EL DIA | Una opció d'amor

Posa el teu cor compenetrat amb el del Senyor, atura't un moment. El Papa ens convida a meditar en la fraternitat com a única opció. “No és una opció creïble viure indiferents enfront del dolor, no podem permetre que ningú resti al marge de la vida. Això ens ha d'indignar fins a perdre la serenitat i trasbalsar-nos davant el sofriment humà. D'això se'n diu dignitat”. T'afecta el dolor dels teus germans? Malgrat alteri i incomodi els teus plans, fes cas d'aquells que et demanin ajuda. Renova el teu dia amb aquest propòsit.



A LA NIT | Intercedint pels altres

A l'acabament de la tarda, recull el dia i agraeix la present jornada. Ets conscient del poder de l'oració a favor dels altres? Has parat atenció als que t'han demanat que pregueassis per llurs necessitats? Posa'ls en mans del Senyor i intercedeix per tots ells, a fi que siguin beneïts per la teva oració. Anota tot el que t'ajudi. Ànims per demà! Ave Maria.

GEN DJ|14 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Signes d'amor

Comença el nou dia amb cor agraït. Recorda que les teves decisions tenen repercussions no únicament en tu, sinó també en aquells que estan al teu costat. Anima't avui a lliurar-te del tot a través de signes concrets en vistes a la felicitat dels qui són a prop teu! Avança amb tranquil·litat enmig de les tempestes i confia en Jesús! “Un leprós el vingué a trobar i, agenollat, li suplicava: Si vols, em pots purificar” (Mc. 1, 40). “Jesús de Natzaret, amb la seva paraula, amb els seus gests i amb tota la seva persona, revela la misericòrdia de Déu (Papa Francesc). Ofereix la teva jornada per la intenció del Papa. Parenostre.



DURANT EL DÍA | Dos tipus de persones

Aquesta tarda, deixa que vibrin les paraules de Francesc en el teu cor: “Hi ha dos tipus de persones: les que es fan càrrec del dolor i les qui en són indiferents, les que s’abaixen reconeixent al caigut i les qui desvien la mirada accelerant la passa”. Què et suggereixen aquestes paraules? Refrena el pas i no passis de llarg. Recordes en la teva vida moments en els que has mirat a un altre costat per no ajudar a qui t’ho demanava? Demana al Senyor que consoli a aquesta persona i fes el propòsit de restar sempre disponible per als altres.



A LA NIT | L'altar del cor

Escull un racó tranquil i pren consciència de tu mateix, en acabar el dia. Qui ha ocupat avui el teu interior? Recorda els rostres que hi han passat. Els has ofert a Déu a l'altar del teu cor? Agraeix totes les trobades d'aquesta jornada i encomana tots els teus germans a la providència i protecció del Senyor. Recorda sempre que la teva oració a favor dels altres, et beneficia a tu mateix. Fes ara el propòsit de començar un nou demà. Ave Maria.



PER MEDITAR

Vincles

La fragilitat dels nostres vincles

Som d'alguna manera un fidel reflex de la nostra societat. El món que ens envolta influeix en les nostres decisions, comportaments, ordre de valors i fins i tot en les emocions que experimentem, tant si en som conscients com si no.

Es diu que la nostra època es caracteritza per les relacions "líquides", vincles molt fràgils que establim amb els altres. De la mateixa manera com esdevé amb els "líquids" aquestes relacions tenen algunes característiques particulars. Es vessen i inunden, és a dir es bolquen sobre la nostra vida afectant ràpidament i quasi de manera simultània moltes dimensions de la nostra existència, amics, família, fe, treball. Són relacions profundes que afecten ràpidament. Rellisquen i desapareixen, també a gran velocitat

com l'aigua entremig dels dits, esquitxant les nostres realitats i deixant-les "humides" una vegada desaparegudes. Però com l'aigua, aquestes relacions no s'asseguren, passen i "s'acomoden" adoptant la forma del context i, en desaparèixer, deixen una gran experiència de solitud que es converteix en tristesa profunda. Els nostres vincles són fràgils quan es teixeixen des del punt de vista de l'immediat i l'exclusió.

La fraternitat és el camí per a guarir aquesta manera de vincular-nos, per a entrar en la dinàmica de les qüestions que s'obren i de la trobada a la que ens acollim. La fraternitat és una experiència, una manera de "vincular-nos" a través del que realment som, germans en Crist, fills d'un mateix Pare. Essència que es manté i sosté i no està condicionada

les circumstàncies ocasionals.

Som germans i germanes i és amb els nostres actes concrets i actituds on personifiquem i fem present que aquest ésser es manifesti i es faci realitat en el concret de la vida de cadascú. Ésser germans i germanes ens demana decisions quotidianes que portin a cap aquesta realitat. Per això, la solidaritat, la justícia, el compartir els uns amb els altres ens van construint, ens van conformant més com a germans i germanes. I van afavorint que aquest "ésser" es manifesti en les obres, i esdevinguem més germans.

EQUIP DE COORDINACIÓ
CLICK TO PRAY EN CASTELLÀ

GEN DV|15 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Aixeca't!

Agraeix el nou dia. Fes el propòsit de descobrir la presència del Senyor en tot el que viuràs avui. Un gest de misericòrdia, una mirada agraïda, oferir el perdó a aquell que ens ha fet mal, són actituds que ajuden a posar dempeus les persones i construeixen el Regne. “Llavors diu al paralític: T’ho mano: aixeca’t, pren la llitera i ves-te’n a casa” (Mc. 2, 11). “Recorda que Jesucrist és el rostre de la misericòrdia del Pare” (Papa Francesc). Ofereix aquest dia per les intencions del Papa. Deixa que aquestes paraules ressonin avui en el teu cor. Parenostre



DURANT EL DIA | Fer-nos pròxims

Pren-te un temps per aturar-te i meditar la intenció del mes. Els Papa ens adreça al Bon Samarità i ens diu “qui va ser el que es va fer pròxim del jueu ferit?. A fi d’esdevenir proper i present va ultrapassar totes les barreres culturals i històriques. Quines barreres et separen d’aquests germans amb els qui has marcat distància? Quins impediments priven que et reconciliïs amb ells? Pren la iniciativa a fi que les dificultats no et segueixin separant d’ells. No propiciïs la divisió. Fes-te pròxim.



A LA NIT | Fomentant la unitat

Entra dins teu i agraeix el dia que acaba. Com ha anat? Recorda els moments que has tingut alguna dificultat amb algú. Quins pensaments t’han rondat? Quines actituds has tingut? Has fomentat la unitat o la divisió? Davant dels conflictes, demana ajut a Déu a fi d’establir nexes d’unió, no et deixis guiar per sentiments contraris i no abandonis els teus bons propòsits. Anota-ho i practica-ho a partir de demà! Ave Maria

GEN DS|16 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Jesús guareix

Agraeix el dia que comences. Tanca els ulls i posa en mans de Déu tot el que ets i el que tens. Deixa que Ell s'apodori de tu. Hi ha algú prop teu que avui necessita escoltar la veu de Déu amb les teves paraules de consol. “El metge, no el necessiten els qui estan bons, sinó els qui estan malalts. No he vingut a cridar els justos, sinó els pecadors” (Mc. 2, 17). Recorda que “Misericòrdia” és el motiu últim i més gran pel qual Déu vingué a trobar-nos (Papa Francesc). Parla de tendresa, digues paraules d'ànims, dóna esperança en els diàlegs. Ofereix el dia per un món més fratern. Parenostre.



DURANT EL DIA | Tornar-me pròxim

Aquesta tarda, pren-te temps per fer silenci interior i trobar-te amb el Senyor. Ell et convida a ser més germà dels teus germans, com ens diu el Papa: “Ja no dic que tinc pròxims a qui he d'ajudar, sinó que em sento cridat a tornar-me jo pròxim dels altres”. En el camí de l'amor i del servei, la delicadesa de l'ànima et fa adonar que hi ha un germà que et necessita i llavors t'hi fas present, amb respecte, a fi d'al·leujar les dificultats. Aquesta tarda apropa't als teus germans amb un somriure que infon esperança.



A LA NIT | Trobades

Assossega el pensament i calma la respiració. Ressegueix la jornada a través de les trobades que has viscut i examina com han anat. Has creat lligams o t'has mantingut distant, indiferent? Has potenciat el que uneix per damunt de les diferències? Anota el que descobreixis i fes un propòsit perquè les properes trobades t'ajudin a créixer. Ave Maria

GEN DG|17 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Es varen quedar amb Jesús

“Sóc aquí, Senyor, per començar el dia amb Tu. De la mateixa manera com li va passar a Andreu, vull estar amb Tu, passar el dia amb Tu, i així poder convidar els meus germans perquè et coneguin. Porta'ls cap a Tu. Fes que descobreixi el teu amor, fes-me experimentar la teva proximitat perquè el meu cor és fràgil i et necessita”. Acull aquest dia amb agraïment i ofereix la teva vida a la missió de compassió. “Els hi anaren, veieren on habitava i es quedaren amb Ell aquell dia” (Joan 1, 39). Contempla Jesús a l’Evangeli d’avui, llurs senyals d’amistat i acolliment amb els seus primers amics i deixebles. Fes-ho tu també. Parenostre.



DURANT EL DIA | L’amor com a criteri

Fes una parada en el dia i resa abans de començar. A quants has estimat avui? Què han transmès les teves actituds? “L’alçada espiritual d’una vida humana depèn del grau d’amor, que és el criteri per a la valoració definitiva, tant positiva com negativa, d’una vida humana” (Papa Francesc). Al final de la vida la qüestió sobre l’amor ho definirà tot; mentrestant no arribi aquest dia, fixa la qualitat de la teva vida. Aquesta tarda concreta una acció d’amor envers una persona propera. Renova el teu oferiment.



A LA NIT | Sembrant pau

Deixa les activitats per acabar el dia. Recupera la quietud i la calma. Com et trobes en aquest moment? Què vols agrair del que has viscut? Recorda el teu comportament durant el dia i fes present els moments en els que has sembrat pau, en que has estat benivolent, positiu, en que has valorat a l’altre. Com t’has sentit en aquests moments? Agraeix els instants en els que has estat instrument de pau, i fes el teu propòsit per a demà. Ave Maria.

GEN DL|18 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Ésser vi nou

Acull el nou dia amb un cor obert a fi que el Senyor et transformi: “Ningú no posa vi nou en bots vells, el vi rebentaria els bots i es farien malbé bots i vi. A vi nou, bots nous (Mc. 2, 22). El Senyor vol obrar en el teu cor i transformar-te en el vi nou de l’alegria en els teus ambients. Ell et necessita a tu, i la teva ajuda. Que les teves mans transmetin les seves carícies, les teves paraules el seu alè, la teva presència la seva proximitat. Déu en tu, i tu en Ell. Viu oferint el millor de tu al servei de la missió de compassió. Ofereix el teu dia per un món més fratern. Parenostre.



DURANT EL DIA | Oberts

Fes una parada per a trobar-te amb Jesús i continuar aprofundint en la intenció d’aquest mes. El Papa ens ensenya que “ningú no pot experimentar el valor de viure mancat de rostres a qui estimar... la vida es manté on hi ha lligams, comunió, fraternitat; i és una vida més forta que la mort si es construeix damunt relacions autèntiques i vincles de fidelitat”. Com són les teves relacions? Ets fidel als teus vincles, actues amb autenticitat i estàs obert a acollir les diferències? Renova el propòsit de tenir cura dels teus vincles.



A LA NIT | Atendre els vincles

Tanca el teu dia. Recorda els rostres d’aquells amb qui t’has trobat en aquest dia. Quines trobades t’han alegrat i quines no? Creus que algú necessita que li demanis perdó? Has tingut una actitud de misericòrdia, o més aviat has propiciat la discòrdia? Caminar al costat d’altres persones és un regal de Déu. Dóna gràcies per les persones que hi ha a la teva vida. Demana al Senyor la gràcia de mirar-les amb els ulls amb què les mira Déu, i fes el propòsit d’ajudar-les. Ave Maria.

GEN DT|19 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | L'important

Comença el dia amb bon ànim, oferint la teva vida al Senyor. “El dissabte ha estat fet per a l’home i no l’home per al dissabte. Per això el Fill de l’home és senyor fins i tot del dissabte” (Mc. 2, 27 – 28). Què és el més central i important a la teva vida? Exigeixes compliments innecessaris, plens d’inquietuds i imposicions, o tractes amb dolcesa i acompanyes les qüestions que es presenten? Tracta amb amor. Recorda que la misericòrdia és el suport de l’Església (Papa Francesc). Ofereix el teu dia per la intenció del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | Complerts amb altres

Pren consciència que camines amb Jesús, fes una pausa per reconèixer-lo en el teu dia. Ens diu Francesc que “estem fets per a l’amor, hi ha en cadascú de nosaltres una llei d’exaltació: sortir d’un mateix per trobar en l’altre un creixement del seu ésser”. Els altres ens ajuden a humanitzar-nos, ens ajuden a esdevenir més persones; els germans ens assenyalen límits, ens mostren els nostres encerts, ens corregeixen i ens ajuden, moltes vegades, a tornar al camí. Sense els altres, ens perdem. Deixes un lloc en la teva vida als teus germans? Els ho agraeixes?



A LA NIT | Respectar les diferències

Cerca un racó tranquil i disposa’t a recopilar el dia; agraeix el que hi has rebut. Amb qui has estat avui? Has pogut conrear el respecte per l’altre? L’has rebut tal com és o has volgut canviar-lo segons el teu gust? Agraeix aquestes persones que et proporcionen una riquesa que possiblement desconeixes, i fes un propòsit per tenir demà una actitud d’acollida. Ave Maria.

GEN DC|20 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | La mirada del Senyor

Desperta al nou dia amb un cor disposat i deixa't meravellar per la mirada misericordiosa del Senyor. “Jesús se’ls anà mirant, indignat i entristit per l’enduriment del seu cor i digué a aquell home: “Estén la mà” (Mc. 3, 3-4). Els ulls del Senyor, fixats en uns i en altres, posen amor en la situació del paralític. Quina empremta deixa la teva mirada a cada moment? En què et concentres? “La misericòrdia, una vegada més, es revela com a dimensió fonamental de la missió de Jesús” (Papa Francesc). Ofereix aquest dia perquè tots fem amistat social. Parenostre.



DURANT EL DIA | Amor autèntic

Pren-te un temps aquesta tarda per a adonar-te de la qualitat dels teus vincles. “La parella i l’amic han d’ajudar a obrir el cor en cercles, per a fer-nos capaços de sortir de nosaltres mateixos i disposats a acollir tothom” (Papa Francesc). L’amor ajuda a créixer i afavoreix als que s’estimen que llurs vides comparteixin i acullin més germans. L’amor autèntic no és intimista sinó profund, no és auto-referencial sinó obert. Què et suggereixen aquestes paraules? Com és la qualitat dels teus vincles? Renova el teu oferiment diari.



A LA NIT | Obrint-te

Tranquil·litza la ment en aquest dia que acaba. Repassa amb la memòria les gràcies rebudes. Has pogut descobrir, en aquells que estimes i en els adversaris, el rostre de Déu? T'has obert a tots o has experimentar resistències? Dóna per acabada la jornada, lloant Déu per tots ells i medita en què t’ajuden a créixer en la vida. Què et proposes per demà? Ave Maria.

GEN DJ|21 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | L'important és l'amor

Comença el dia sota la mirada de Déu, que t'estima, i ofereix-li el teu dia. "No busquis fer coses espectaculars. El més important és el do de vosaltres mateixes. El que importa és el grau d'amor que poseu en cada acció" (Santa Teresa de Calcuta). "N'havia guarit tants que els qui patien malalties se li tiraven al damunt per poder-lo tocar" (Mc. 3, 10). Poses amor en tot el que fas i et lliures plenament a les teves ocupacions? Sigues agraït pels teus germans de la Xarxa d'Oració del Papa d'Argentina que ens ajuden a pregar aquest mes. Parenostre.



DURANT EL DIA | Altres recolliran

Fes una pausa abans de començar l'activitat de la tarda. La fraternitat a la que ens convida Francesc demana una càrrega de generositat i desprendiment, treballar per allò que és millor, sense pretendre resultats immediats. "Es tracta d'obrir processos, més que no pas ocupar espais. És signe de gran dignitat ser capaç d'iniciar processos, els fruits dels quals els recolliran els altres, amb l'esperança posada en el dinamisme intern del bé sembrat" (Papa Francesc). Planta amb generositat tot el que escometis i la collita serà abundant. Rellança el teu dia.



A LA NIT | Incondicional

En acabar aquest dia, agraeix-lo una vegada més. On has posat el cor? Ets conscient que hauries pogut estimar més alguna persona? Obres les portes del teu interior a tothom sense fer distincions, o deixes algú fora del teu amor? Estimar sense reserves és camí de llibertat i plenitud. Què pots fer diferent per lliurar-te sense sectarismes? Anota el que descobreixis. Ave Maria.



Fes que camini més a poc a poc

Quan parlem “d’oració” ens referim a una trobada amb Aquell que ens estima, en un moment de silenci exclusiu amb el Senyor, i també a través dels esdeveniments que vivim; allí ens podem trobar amb Ell i que aquest moment sigui una veritable “oració”. “Trobar-nos” demana aprendre a deturar el pas, a calmar-nos i a tranquil·litzar el cor. Necessitem aprendre a caminar més a poc a poc a fi de deixar-nos trobar pel Senyor. Et proposo l’exercici de retardar la marxa per a aprendre a gaudir, a percebre, a deixar que Ell toqui el teu cor en allò que vius, a descobrir el Senyor en totes les coses i a totes les coses en Ell. Aquesta oració recitada en el teu cor cada dia pot ajudar-te a caminar més a poc a poc.

Fes-me caminar més a poc a poc, Senyor.
 Mesura els batecs del meu cor, calmant la meva ment.
 Tempera els meus apressats passos
 amb la visió de l’abast etern del temps.
 Mitiga la tensió dels meus nervis i músculs.
 Amb la música relaxant que es conserva en la meva memòria.
 Ajuda’m a experimentar el poder restaurador del somni
 Ensenya’m l’art d’agafar-me petites vacances:
 aturar-me a contemplar una flor, conversar amb un amic,
 acariciar un gos, llegir unes quantes ratlles d’un bon llibre...
 fes que camini més a poc a poc, Senyor,
 i inspira’m a fi d’arrelar pregonament
 a la terra dels valors perdurables de la vida,
 a fi que pugui créixer fins al cim del meu grandíols destí.

GEN DV|22 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Jesús crida

Acull un nou dia obrint el teu cor i la teva oïda per escoltar la crida que Crist et fa avui. “Jesús pujà a la muntanya, va cridar els qui va voler, i ells anaren cap a Jesús. En designà dotze, perquè estiguessin amb Ell i per enviar-los a predicar, amb poder de treure dimonis” (Mc. 3, 13 – 15). Quines crides ressonen avui en el teu cor? Viure en fraternitat és una crida concreta a viure amb l’estil de Jesús i dels Dotze que va cridar a viure amb Ell. Ofereix la teva vida al Senyor, per un món més fratern. Pare nostre,



DURANT EL DIA | El més important és l'amor

Fes un descans a fi de recuperar la calma en el cor i trobar-te amb Jesús. Ressegueix el teu matí, torna a mirar amb els ulls interiors aquells moments marcats per l’amor. “El més important és l’amor, allò que mai no ha d’estar en risc és l’amor, el perill més gran és no estimar” (Papa Francesc). No consenteixis que les dificultats entelin el teu dia. Recorda les trobades. L’amor de germans s’enforteix ressaltant els horitzons comuns i acceptant les diferències irreconciliables amb paciència. Intenta-ho avui.



A LA NIT | Pare de tots

Aquesta nit concentra't i entra en el teu interior. Mira amb el cor el què has viscut i agraeix al Senyor el que avui t'ha regalat. Has pogut respondre a qui ha necessitat de les teves mans, de la teva paraula, d'una abraçada, del teu somriure, de la teva presència? Has acollit com a germans als que han passat pel teu costat, o bé hi ha algú a qui hagis deixat a la perifèria del teu amor? Demana al Pare de tots, al seu cor universal, saber veure en cadascú un germà, i ofereix la teva disponibilitat per servir demà sense excloure ningú. Ave Maria.

GEN DS|23 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Boigs per Crist

Rep el nou dia oferint la teva vida per a col·laborar en la missió de Jesús. “Sóc aquí, Senyor, per a servir-te i servir els meus germans. Acceptaré el que m’ofereixis, el que em demanis et donaré. Fes-me generós i disponible, alegre i proper als meus germans. Vull ser un boig per Crist, per Tu, Senyor, com Tu ho vares ser pel Regne del teu Pare”. “Quan els seus familiars sentiren dir el què passava, hi anaren per endur-se’l, perquè deien: Ha perdut el seny” (Mc. 3, 21). A vegades decidir-nos per Crist ens posa ·contracorrent”. No et desanimis, persevera, el Senyor camina amb tu, al teu costat. Parenostre.



DURANT EL DIA | Caritat

Pren-te un descans per posar el teu cor en sintonia amb el de Jesús. Com has caminat avui? A qui has atès avui? El Papa ens diu que l’atenció als germans “parteix d’un apreci, d’una valoració, que en definitiva és el que hi ha al darrera de la paraula “caritat” l’ésser estimat és car per a mi, és a dir, és estimat, de gran valor”. Mira’t endins, què és el que valores dels que tens més a prop? Demuestra el teu apreci i valoració a aquells que t’estimen. Acostuma’t a enfortir els vincles també amb paraules que transmeten vida. Rellança el teu dia.



A LA NIT | Trobades

Assossega el pensament i calma la respiració. Ressegueix el dia a través de les trobades que has viscut i repassa com han anat. Has creat llaços d’unió o bé t’has mantingut a distància, indiferent? Has potenciat els lligams per damunt de les diferències? Anota el que descobreixis i fes un propòsit amb la finalitat de que les properes trobades t’ajudin a créixer. Ave Maria.

GEN DG|24 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Pescar amb Jesús

Agraeix la novetat d'un nou dia oferint la teva vida a Jesús per a col·laborar amb la seva missió de compassió pel món. “Veni amb mi i us faré pescadors d’homes” (Mc. 1, 17). Jesús compta amb tu per portar la seva paraula, la seva llum i el seu amor a tots els ambients. Ell compta amb tu per fer un món més fratern i humà. Ets testimoni del Senyor amb la teva vida? Les teves decisions i les teves accions palesen que ets apòstol de Crist? Observant com actues, els teus germans, creuran en Aquell que t’ha enviat? Parenostre



DURANT EL DIA | Capacitat d'acollir

Fes una parada ara a fi de descobrir el pas del Senyor en el que t’ha tocat viure en aquest dia. T’has manifestat obert i receptiu amb les persones amb qui t’has trobat? Regales temps als teus germans? “Ningú madura ni arriba a la seva plenitud, aïllant-se. Per la seva pròpia dinàmica, l’amor demana una obertura cada vegada més gran, una major capacitat d’acollir els altres” (Papa Francesc). Descobreix els obstacles que dificulten que els teus germans s’apropin a tu; les pors, els recels, els enuigs són murs que t’impedeixen rebre els altres. Inicia la teva tarda disponible als teus germans.



A LA NIT | Cor obert

Fes silenci interior i agraeix aquest dia que s’acaba. Observa el que has viscut avui. Les teves actituds han estat un reflex de l’Amor de Déu? Han estat els teus comportaments, paraules, pensaments envers els altres, els de Jesús, o bé has tancat el teu cor a algú? Demana perdó sinó has tingut una actitud d’obertura generosa i planifica el dia de demà. Què hauria de fer diferent? Anota un propòsit. Ave Maria.

GEN DL|25 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | La conversió de Sant Pau. Com vols viure? En començar aquest dia, agraeix la vida i medita aquesta pregunta en el teu cor. Atès que la teva vida no és conseqüència de les oportunitats que tinguis sinó de la qualitat de les teves respostes davant de tota realitat. “Aneu per tot el món i anuncieu la Bona Nova de l’Evangeli a tota la creació” (Mc. 16, 15). “Obrim els ulls per a mirar les misèries del món, les ferides de tants germans i germanes privats de la dignitat i sentim-nos urgits a escoltar llur crit d’auxili (Papa Francesc). Alleugereix i abraça els teus germans. Parenostre.



DURANT EL DIA | Acompanyar els altres

Dedica una estona a pregar i a prendre consciència amb quins criteris treballes i et relaciones amb els teus germans. “Una societat humana i fraterna és capaç de preocupar-se per a garantir de manera eficient i constant que tots siguin acompanyats en el decurs de les seves vides, no únicament per garantir llurs necessitats bàsiques, sinó perquè puguin donar el millor d’ells mateixos, malgrat el seu rendiment no sigui el millor, malgrat treballin lents, malgrat siguin poc eficients” (Papa Francesc). Quins valors es fomenten en els teus ambients? A vegades el millor no és el més eficient, sinó el bé més gran.



A LA NIT | L'altar del cor

Cerca un racó tranquil i pren consciència de tu mateix quan s’acaba la jornada. Qui ha ocupat avui el teu interior? Mira els rostres dels qui hi han passat. Has pogut oferir-los a Déu a l’altar del teu cor? Dóna gràcies per totes les trobades d’aquest dia i encomana tots els teus germans a la providència i protecció del Senyor. Rememora sempre que la teva pregària en favor dels altres et beneficia també a tu. Fes ara un propòsit per a començar el nou dia de demà.. Ave Maria.

GEN DT|26 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Alegria

"El nostre rostre ha de reflectir sempre un somriure ample i brillant com el sol. Omplir de sol la vida dels altres. Generar sempre alegria al nostre voltant. La vida no és trista sinó alegre. El món no és un exili sinó un jardí. L'home no neix per a patir, sinó per a gaudir. El final de la nostra vida no és la mort, sinó la vida" (Sant Alberto Hurtado SL). Alegra't! La jornada comença per a tu. Viu avui amb amplitud de cor i de ment. "Convertiu-vos, que el Regne del Cel és a prop!" (Mt. 4, 17). Parenostre.



DURANT EL DIA | La solidaritat

Fes una parada per trobar-te amb Jesús i prendre consciència de que camines amb Ell. Passa pel cor els moments en què els teus germans t'han necessitat avui. "La solidaritat s'exterioritza concretament en el servei que pot manifestar-se en formes molt diverses de fer-se càrrec dels altres" (Papa Francesc). Ets conscient de la fragilitat dels teus germans i els ajudes a enfortir-se en llurs debilitats? Som responsables els uns dels altres i la fraternitat ens urgeix a no edificar les nostres vides d'esquena als altres. Examina aquesta tarda amb el propòsit d'ésser solidari.



A LA NIT | Valorant als altres

Fes una pausa per acabar aquesta jornada i dona gràcies al Senyor per les persones que han deixat petjada en el teu dia, tant aquelles amb les que simpatitzes com amb les que no. Anota-ho. Registra allò que hagis après d'elles, especialment de les que et resultin més difícils. Quines qualitats hi descobreixes? Quins talents tenen? Tens per costum valorar-les o destaquen de l'altre allò que no t'agrada d'ell. Dona gràcies per les persones que Déu posa en el teu camí i intercedeix per elles. Prepara't, després, per viure un nou demà. Ave Maria.

GEN DC|27 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Donar fruit

Acull aquest nou dia rebent allò que se't regali avui. "Els que reben la llavor en terra bona són els qui escolten la Paraula" (Mc. 4, 20). Com és la terra del teu cor? La teva vida és el lloc on el Senyor escampa la llavor. Extreu de la teva vida les pedres, les espines i les males herbes, a fi que la llavor de la fraternitat creixi en ella. No et desanimis i el Senyor donarà fruit en tu. Tingues fe en el que creus i en el que fas. Ofereix el teu dia per les intencions del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | De les idees a la vida concreta

Atura el pas d'aquest dia per a valorar el teu cor. Amb quin coratge has fet front avui a les teves responsabilitats? Com has viscut les trobades amb els teus germans? El Papa ens adverteix de no limitar-nos a fer discursos bonics o a repetir mecànicament una oració buida de continguts concrets d'amor als altres. "Mai el servei no és ideològic atès que no està al servei de les idees sinó de les persones". No es tracta tant de parlar molt, sinó d'estimar molt i de concretar l'amor en lliurament i servei a aquells que ho necessitin.



A LA NIT | Beneir

Recopila el dia que acaba. Repassa el que has viscut des de l'inici del mateix fins aquest moment. Recorda les persones amb qui t'has trobat, els llocs que has visitat, les activitats que has dut a terme. Dóna gràcies per tots i per tot. Empra aquest moment per a repassar els rostres d'aquells que han passat pel teu costat avui i beneeix-los, lliura llurs vides al Senyor. Proposa't interessar-te per ells, incloent-los en la teva pregària. Ave Maria.

GEN DJ|28 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMT | No jutgis i tinges compassió

La vida de cada persona és un regal de Déu. No restis en l'aparença, mira el cor. Fomenta el propòsit d'estimar, d'acceptar i no jutjar els teus germans. Amb quin bagatge d'amor mires les fragilitats dels teus germans? La mesura amb què tu avaluïs és la mateixa que se t'aplicarà a tu. (Mc. 4, 24). "Sigues misericordiós, no jutgis a ningú i no condemnis a ningú" (Papa Francesc). Comença el teu dia oferint la teva vida i tot el que rebis per les intencions del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | L'experiència dels altres

Dóna un descans al teu cor, fes una parada amb el Senyor. Et deixes impactar pel consell i l'aportació dels altres? Permits als teus germans expressar llurs idees i aportar les seves qualitats? Ens diu el Papa que "cal un diàleg pacient i confiat, a fi que les persones, les famílies i les comunitats puguin transmetre els valors de la seva pròpia cultura i assumir tot el que hi ha de bo en l'experiència dels altres". La vida amb altres, en el treball, la família, els amics demana compartir l'experiència de vida. Inclous als altres?



A LA NIT | Intercedint pels altres

A l'acabament de la tarda fes un resum del dia i agraeix la jornada d'avui. Ets conscient del poder de l'oració a favor dels altres? Tens present tots aquells que t'han demanat que resessis per llurs necessitats? Posa'ls ara en mans del Senyor i intercedeix per tots ells a fi que siguin beneïts per la teva oració. Escriu el que t'ajudi. Ànims per demà! Ave Maria.

PER MEDITAR

Pregar



Rostres de Déu

A voltes, experimento que puc apropar-me una mica més al Misteri inassequible de Déu i de l'altre en contemplar el rostre del meu germà, de la meva germana. Veig en llurs ulls una pregonesa que em captiva, una grandària particular que em sobrepassa, tot això amb un silenci que em parla del desconegut. I d'aquesta faisó em vaig quedant amb noms i rostres concrets que repercuteixen en el meu cor. Tots ells em parlen del misteri. Alguns em parlen del sofriment i del dolor, altres de la esperança i de l'alegria i, a voltes, uns em parlen de tot això al mateix temps.

Per uns instants crec poder veure el cor de l'altre a través de llurs ulls,

i quan l'instant més breu passa s'imposa amb força la seva veritat: els meus germans són misteri. I aquesta veritat em convida a la reverència, al silenci i al respecte, a reconèixer-me ignorant del seu misteri. Em faig càrrec, prenc consciència i m'adono de que també, per a ell, per a ella, la meva vida suposa un conjunt d'incògnites.

Llavors m'enfonso en la superficialitat amb la que les meves dinàmiques de prejudici m'impossibiliten apropar-me a l'altre i em reconec incapaç de justificar-me. I això em porta a la veritat de que únicament Déu és qui coneix absolutament el cor de l'un i

el meu. Quina altre opció em resta sinó la de confiar-me a l'Amor?, tot em supera, tot em defuig, i una crida no sorgeix en el meu cor.

Només puc experimentar gratitud per el miracle de la vida. Mentre que molts rostres que servo en la memòria em palesen el tresor que s'amaga al darrera d'una mirada, i aquestes em xiuxieugen amb tendresa a l'oïda: ets estimat.

CARLOS NÚÑEZ
NOVICI JESUÏTA
ARGENTINA-URUGUAI

GEN DV|29 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Confiar que el Senyor guia

Comença el dia amb confiança. La gràcia del Senyor actua, malgrat no veiem immediatament els fruits. “En les coses necessàries, la unitat; en les dubtoses, la llibertat; i en totes, la caritat” (Sant Agustí). “La llavor germina i va creixent, sense que ell sàpiga com” (Mc. 4, 27), Treballa per la pau i la justícia sense esperar res a canvi, donant el millor de tu mateix. Agraeix els germans de la Xarxa d’Oració d’Argentina que aquest mes ens ajuden a resar. Ofereix el teu dia per les intencions del Papa. Parenostre.



DURANT EL DIA | Conrea la gratuïtat fraterna

Para un moment i contempla el teu cor a la llum de l’amor del Senyor que cada dia es manifesta gratuïtament a la teva vida, sense exigències. “Existeix la gratuïtat. És la capacitat de fer algunes coses perquè sí, perquè són bones en elles mateixes, sense esperar resultats exitosos, sense esperar immediatament quelcom a canvi” (Papa Fancesc). De quina manera et vincles als altres? Fas el bé, encara que no rebis cap recompensa? La gratuïtat en les relacions humanes és un senyal clar de llibertat interior i d’amor autèntic, com el del Senyor. Fes el propòsit de donar-te gratuïtament aquesta tarda.



A LA NIT | Conrea la unitat

Entra dins de tu mateix i agraeix el dia que s’està acabant. Com ha anat? Recorda els moments en els que has tingut alguna dificultat amb algú. Quins pensaments t’han vingut al cap? Quines actituds has tingut? Has cultivat la unitat o la divisió? Quan sorgeixi un conflicte, demana que Déu t’ajudi, a fi de generar llaços d’unió. No et deixis portar pels teus sentiments contraris i no abandonis els bons propòsits. Anota-ho i practica-ho a partir de demà! Ave Maria.

GEN DS|30 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Senyor de la vida

Rep un nou dia i viu-lo obert als germans, amb el desig de construir fraternitat. “Qui és Aquest, que fins el vent i l’aigua l’obeeixen?” (Mc. 4, 41). El Senyor posa pau en llurs cors, en les tempestats que viuen. Demana avui al Senyor que temperi les veus interiors que et desanimen, que t’acusen, o que obstaculitzen la teva amistat amb Jesús. Les onades de la teva vida i el vent que sacseja la barca no tenen l’última paraula, el Senyor porta la pau. Demana-li que es faci present a la teva barca! Parenostre.



DURANT EL DIA | Amor en les petites coses

El Senyor camina avui amb tu, para un moment a fi de reconèixer-lo en aquells petits detalls però que estan curulls de sentit. “Estimar al més insignificant dels éssers humans, com a un germà, com si fos l’únic que existeix en el món, no és perdre el temps” (Papa Francesc). Dedica temps aquesta tarda a aquelles coses que pocs leuen; posa atenció a aquells detalls que només percep un cor sensible: la bellesa d’una flor, el somriure d’un germà, els peus que et sostenen, el sòl que trepitges, aquell desconegut que passa pel teu costat. Abraça tota la realitat i ofereix-la al Senyor!



A LA NIT | Tenir cura dels vincles

Dóna per acabat el teu dia. Ressegueix els rostres d’aquells amb els que avui t’has trobat. Quines trobades t’han alegrat i quines no? Creus que hi ha algú que necessita que li demanis perdó? Has tingut una actitud misericordiosa, o bé t’has decantat més aviat a la discòrdia? Caminar amb altres persones és un regal de Déu. Dóna gràcies per les persones que hi ha a la teva vida. Demana al Senyor la gràcia de veure-les amb els ulls que Ell les veu, i fes el propòsit de tenir cura d’elles sempre. Ave Maria.

GEN DG|31 AMB JESÚS...



CLICKTOPRAY



AL MATÍ | PREGÀRIA D'OFERIMENT | Amb autoritat

Acabem avui el mes resant per aquesta intenció d'oració del Papa: que el Senyor ens concedeixi la gràcia de viure en plena fraternitat amb germans i germanes d'altres religions, pregant els uns pels altres, obrint-nos a tots. Què has après de la fraternitat aquest mes? Amb qui és necessari que et reconciliïs? "Els ensenyava amb autoritat" (Mc. 1, 22). L'autoritat de Jesús és conseqüència de l'exemple de la seva vida, que enamora, captiva, i ningú en resta exclòs. Jesús convenç per la seva autenticitat refermada en l'amor al seu Pare. Fes-ho tot posant cada vegada més amor. Parenostre.



DURANT EL DIA | Lliura la teva vida

Atura un moment per a dedicar-lo al Senyor. Avui clous aquest mes pregant per la intenció d'oració del Papa sobre la fraternitat; ell ens diu: "Si aconseguixo ajudar una sola persona a viure millor, això justifica el lliurament de la meva vida". Quin fruit obtens d'aquest mes? Què ha quedat en el teu cor? En quins aspectes has de créixer per a estimar més en actes concrets als teus germans? Renova el teu lliurament al Senyor i fes un propòsit per créixer en fraternitat i lliurament a la missió de compassió de Crist en bé del món.



A LA NIT | Acollint l'amor

El dia ja va arribant a la seva fi. Tempera la imaginació i recupera la calma interior. Has rebut avui alguna gràcia especial? Agraeix-la. L'amor del Senyor ha passat el dia d'avui per la teva porta, contempla'l en les situacions viscudes, en les persones amb qui has tractat avui. Quina ha estat la teva actitud? Ha estat de receptivitat i acollida o més aviat has volgut que fos a la teva manera? Escriu el que descobreixis i fes un propòsit a fi de créixer demà en una major receptivitat. Ave Maria.



CLICKTOPRAY

www.clicktopray.org | www.redoraciondelpapa.es/clicktopray