

CELEBREM LA VIDA



Lema 2025/2026

QUART SECUNDÀRIA – BATXILLERAT

CICLES FORMATIUS



SETEMBRE: Els preparatius de la festa

Qualsevol festa requereix uns preparatius que ens permeten celebrar-la d'una manera especial i significativa. En aquest curs que comença, en què volem celebrar la vida, ens preguntem què fa de la nostra vida una vida única, autèntica i plena de sentit.

8 de setembre

Cançó:

Vivo mi vida, de Marc Anthony:

https://www.youtube.com/watch?v=YXnjy5YIDwk&ab_channel=marcanthonyVEVO

Riuré, ballaré. Riuré, gaudiré. Per què plorar, per què patir, comença a somiar, comença a riure. Celebrem la vida com una oportunitat única que se'ns ofereix.

L'essència d'una vida autèntica

Cada vida és un viatge únic, ple d'experiències que ens modelen i ens defineixen. El que fa que la vida sigui autèntica i plena de sentit no són només els grans assoliments, sinó també els petits moments i les decisions que prenem cada dia.

L'autenticitat sorgeix quan vivim d'acord amb els nostres valors i passions. És important escoltar la veu interior i seguir els somnis, sense deixar-nos influenciar per les expectatives dels altres. Ser autèntic significa ser fidel a un mateix, acceptar les pròpies fortaleses i debilitats i abraçar la singularitat.

Una vida plena de sentit es construeix a partir de les connexions que establim amb els altres. Les relacions significatives, basades en l'amor, l'amistat i l'empatia, ens enriqueixen i ens donen un propòsit. Compartir moments amb les persones que estिमem, donar suport als que ens envolten i rebre el seu suport en els moments difícils ens ajuda a trobar un sentit més profund en la nostra existència.

A més, trobar sentit en la vida implica perseguir les passions i contribuir al benestar dels altres. Quan dediquem el nostre temps i energia a activitats que ens apassionen i que tenen un impacte positiu en el món sentim que la vida té un propòsit més gran.

Finalment, viure una vida autèntica i significativa requereix gratitud i apreciació pel present. Sovint estem tan enfocats en el futur o en el que ens manca que oblidem valorar allò que ja tenim. Practicar la gratitud ens ajuda a reconèixer la bellesa de la vida tal com és i a trobar alegria en les petites coses.

Cançó:

Celebra la vida, d'Axel: <https://youtu.be/tDXDC8A2v2s>

Vídeo:

Haz que tu vida brille ayudando a los demás: <https://youtu.be/hRIKctHXq94?si=Ovd9-Lv-fYz89z7OI>

15 de setembre

1. El valor dels petits moments

Sovint, en la recerca de grans assoliments i èxits, oblidem la importància dels petits moments que componen la vida diària. Aquests instants, aparentment insignificants, són els



que realment donen forma a la nostra existència i ens proporcionen la veritable felicitat.

Cada somriure compartit, cada gest d'amabilitat, cada moment de tranquil·litat, té un valor incalculable. Són aquests petits moments els que ens recorden que la vida és un viatge, no pas una destinació. Aprendre a apreciar i a celebrar aquests instants ens permet viure amb més plenitud i gratitud.

No esperis que arribin els grans esdeveniments per sentir-te feliç. Troba l'alegria en les coses senzilles: una conversa amb un amic, un passeig a l'aire lliure, l'aroma del cafè al matí... Aquests són els tresors que enriqueixen la nostra vida i ens omplen de pau i satisfacció.

Recorda que la vida està feta de moments, i que cadascun d'aquests moments és una oportunitat per ser feliç. Viu el present, gaudeix de cada segon i celebra la bellesa dels petits moments.

2. Què fa de la nostra vida una vida única, autèntica i plena de sentit?

Mira la imatge següent i enumera les diferents opcions que vegis que fan de la teva vida una vida única, autèntica i plena de sentit:



- Et sents identificat en alguna de les accions de la imatge?
- Hi trobes a faltar alguna acció que doni sentit a la teva vida?

3. Lectura

Celebrar lo de cada día, d'Álvaro Zapata: <https://pastoralsj.org/celebrar-lo-de-cada-dia/>

Les bones notícies es comparteixen, i com més ràpid millor. Com el jugador de l'Olympique de Marsella Mario Balotelli, que després de marcar un gol va decidir celebrar-ho amb una història d'Instagram amb tots els companys d'equip. Ara bé, el gest s'ha fet viral no només



per l'originalitat de la celebració, sinó també per fer servir el mòbil en lloc de limitar-se a gaudir del moment amb els que l'envoltaven. Balotelli semblava estar més pendent dels seus seguidors a les xarxes socials que no pas dels companys d'equip i els aficionats que eren a l'estadi.

Ens va sortir la crítica fàcil: vivim en una societat despersonalitzada; el mòbil domina les nostres vides, estem envaïts per les xarxes socials... i una altra sèrie de llocs comuns que es resisteixen a entrar en una anàlisi més profunda del que està passant i per què està passant.

I és que el gest de Balotelli tenia un rerefons del qual ens hem assabentat més tard, perquè, més enllà de si feia servir Instagram o no en la celebració, el gest era estrany, perquè Mario Balotelli era conegut per no celebrar els seus gols; considerava que marcar-ne era part de la seva feina, i que si un carter no celebra que lliura les cartes, per què ho hauria de celebrar un futbolista quan fa un gol? Fins que, segons va explicar a la mateixa publicació d'Instagram, es va trobar amb un carter que li va lliurar un paquet amb un somriure i content de fer-ho. I això el va inspirar per celebrar, també ell, la seva feina.

Celebrar sempre és complicat. Sembla que no ens hem de passar, quan recordem qui no pot celebrar. D'aquesta manera ens endinsem en una visió de la vida una mica grisa, en què fem el que cal fer i no ens donem l'oportunitat de sentir-nos feliços. Balotelli, amb el gest del carter, va aprendre que les coses quotidianes són ocasions de celebració, que la feina ben feta és una font d'alegria tant gran com les ocasions extraordinàries. En definitiva, que tenim la capacitat de convertir el que és ordinari en quelcom extraordinari i en un motiu per celebrar. I si hi sumes més gent, molt millor.

Instagram i altres xarxes socials ens ofereixen la possibilitat de convertir en extraordinari allò que només és ordinari, i celebrar-ho amb molta més gent. El risc rau a voler viure allà, a quedar-te només amb els que són lluny i passar per alt aquells que tens al costat, a voler que tota la vida sigui un continu extraordinari. Aquí és on hem de ser curiosos i no deixar-nos enlluernar. Tocar de peus a terra i saltar de tant en tant és millor que no pas anar flotant i acabar a terra quan la realitat s'imposa.

4. Vídeo

El cazo de Lorenzo: https://youtu.be/nSh_KGiYjqk?si=_DAweAWKzb5XOb5D

La diversitat és un concepte fonamental que inclou una àmplia gamma de diferències: la cultura i l'ètnia, l'orientació sexual, la religió, el gènere, la discapacitat, etc. Celebrar i valorar la diversitat implica reconèixer, respectar i apreciar aquestes diferències, entenent que ens enriqueixen com a societat i fomenten un entorn més inclusiu i equitatiu. La diversitat enriqueix les nostres vides, aporta noves perspectives i experiències que ens ajuden a créixer com a individus i com a comunitat. És essencial promoure la inclusió i lluitar contra qualsevol forma de discriminació per construir un món més just i equitatiu per a tothom. Els valors que es troben al vídeo són la llibertat, la comprensió, la generositat i la creativitat.

22 de setembre

Motivació

1. Celebra la vida

La vida és un regal preciós, ple de moments únics i irrepetibles. Sovint ens trobem atrapats en la rutina diària, preocupats pel futur o lamentant-nos pel passat. No obstant això, és essencial aturar-nos un moment i apreciar el que tenim aquí i ara.

Cada dia ens ofereix l'oportunitat d'aprendre alguna cosa nova, de riure, d'estimar i de créixer. Celebrar la vida no vol dir ignorar els reptes o les dificultats, sinó reconèixer que cada experiència, bona o dolenta, ens modela i ens enforteix.



Aprofita cada instant per fer allò que estimes, per estar amb les persones que t'importen i per perseguir els teus somnis. La vida és massa curta per viure-la amb penediments. Troba la bellesa en les petites coses, com ara un somriure, una albada o una conversa sincera.

Recorda que la felicitat no és una destinació, sinó un camí. Celebra cada pas que fas, cada assoliment, per petit que sigui. Viu amb gratitud i amb la certesa que cada dia és una nova oportunitat per ser feliç.

2. Vídeo

L'eriçó: https://youtu.be/vrj3uVn118s?si=9_RHccqwEDvZotqI

Aquest curtmetratge tracta temes com la soledat, la recerca de connexió i la complexitat de les relacions humanes. S'hi exploren les barreres emocionals que sovint construïm per protegir-nos, simbolitzades per l'eriçó i les seves pues. Subratlla la importància d'acceptar-nos i de reconèixer el valor que cadascú aporta al món.

Reflexió:

Som únics i valuosos

- Quins moments de la meua vida m'han fet sentir més viu i autèntic?
- Quins valors són fonamentals per a mi i com els visc en el meu dia a dia?
- Quines persones han influït i influeixen positivament en la meua vida i per què?
- Quins somnis i objectius tinc per al futur i com estic treballant per assolir-los?

3. Vídeo:

Què és el més important a la vida?, de Victor Küppers:

<https://www.youtube.com/watch?v=jjz0luKeLlk>

29 de setembre

1. Lectura

La vida és un misteri
que sempre està en evolució,
un camí ple d'alts i baixos
que de vegades és difícil de seguir.
És una barreja d'alegries i tristeses,
de moments brillants i foscos,
de decisions difícils i camins incerts.
Però malgrat tots els enigmes,
la vida és un regal preciós
que cal apreciar i valorar
cada dia, cada moment.
Així doncs, viu la vida al màxim,
segueix els somnis i les passions
i no tinguis por d'arriscar-te,
perquè, al cap i a la fi, la vida és una aventura
que val la pena viure.



2. Cançó

Alma, d'Abril Moriel: <https://www.youtube.com/watch?v=DecMICNItEM>

3. Lectura

Salm 118,24

Aquest és el dia que ha fet el Senyor; alegrem-nos-en i celebrem-lo.

Cada dia és una oportunitat per alegrar-nos i viure amb gratitud per les benediccions que Déu ens dona. Juntament amb aquesta frase del salm també es proposa aquesta cançó:

Happy, de Pharrell Williams: https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs



OCTUBRE: Qualsevol excusa és bona per celebrar la vida amb majúscules

La vida és plena d'oportunitats per celebrar, i no ens cal una raó especial per fer-ho. Estem acostumats a buscar sempre un bon motiu, sense aturar-nos a pensar que la vida en si, i la dels nostres éssers estimats, és el motiu més gran de celebració. Aquest mes us convidem a trobar alegria en els petits moments quotidians i a celebrar els èxits, grans o petits.

6 d'octubre

1. Vídeo

Consells per a la vida, de Victor Küppers:

<https://www.youtube.com/watch?v=ypRrCienV2M&t=12s>

2. Vídeo

Replantejar les coses que realment tenen valor (experiment social):

<https://www.youtube.com/watch?v=H-H0xdZDsd0>

3. Vídeo

El consell que em va canviar la vida:

https://www.youtube.com/watch?v=aDT5QTihn_8

4. Frases per gaudir de la vida

L'optimisme, la resiliència, viure el present i fluir són elements que hem d'integrar a les nostres vides per gaudir plenament del que ens ofereix el dia a dia.

- *Fes un pas enrere, avalua el que és important i gaudeix de la vida.* (Teri Garr).
- *L'home es complau a enumerar les seves penes, però no enumera les seves alegries.* (Fiódor Dostoievski)
- *Si has de ser un fracàs, almenys sigues-ho en alguna cosa de què gaudeixis.* (Sylvester Stallone)
- *Ves més a poc a poc i gaudeix de la vida. Quan vas de pressa no només és el paisatge, el que perds, també perds el sentit de cap a on vas i per què.* (Eddie Cantor)
- *Gaudeix de la vida. Hi ha temps de sobres per estar mort.* (Hans Christian Andersen)

13 d'octubre

1. Vídeo

La fuerza de la resiliencia:

<https://youtu.be/QWC5wJb-umY?si=xevVeq-1QtWiLliq>

Un vídeo inspirador que mostra persones que superen dificultats i assoleixen els seus somnis. El missatge que transmet és que la vida sempre presenta obstacles, però que la capacitat d'aixecar-nos i tirar endavant és el que realment permet que celebrem els èxits personals. Aborda la resiliència com una manera de celebrar la vida i se centra en com les adversitats es poden convertir en moments per reconèixer la fortalesa interna.

2. Vídeo

Escena de la pel·lícula *Del revés: "Primer día de cole"*

<https://www.youtube.com/watch?v=dLyFFX8xk0>

Un vídeo que mostra una alegria que és conscient i sap conviure amb les seves emocions i amb les emocions dels altres.



3. Cançó:

Firework, de Katy Perry:

https://www.youtube.com/watch?v=QGJuMBdaqIw&ab_channel=KatyPerryVEVO

Aquesta cançó parla de la importància de superar les pors i dels límits que ens posem.

4. Lectura

No te rindas, de Mario Benedetti.

Aquest poema de Mario Benedetti és una reflexió sobre la perseverança, la importància de continuar avançant i la idea que els èxits són possibles malgrat les adversitats. Inspira a celebrar la vida no només pels assoliments aconseguits, sinó també per la capacitat de reinventar-se i de tirar endavant malgrat tots els obstacles.

No et rendeixis: encara ets a temps de començar de nou, acceptar les teves ombres, enterrar les pors, alliberar el llast i reprendre el vol.

No et rendeixis, que la vida és això: continuar el viatge, perseguir els teus somnis, desbloquejar el temps, enretirar la runa i destapar el cel.

5. Lectura:

Gàlates 6,9

No ens cansem de fer el bé; perquè, si no defallim, quan arribi el temps recollirem.

Aquest text bíblic destaca la importància de la persistència i el valor de l'esforç.

Reflexió:

Aquest verset ens recorda que l'esforç constant i la dedicació a les coses correctes tenen recompensa. Sovint, en el camí cap als nostres objectius o en la tasca diària afrontem obstacles que ens fan qüestionar si val la pena continuar. No obstant això, Déu ens encoratja a no defallir i ens assegura que en el moment oportú veurem els fruits del nostre treball.

Persistir no només enforteix la nostra fe, sinó que també ens modela el caràcter i ens ajuda a créixer espiritualment i a impactar positivament en la vida dels altres. Déu honora l'esforç, especialment quan està guiat per la intenció de fer el bé. Per tant, continuem mirant endavant amb confiança, sabent que cada acte de perseverança té un propòsit diví.

20 d'octubre

1.Vídeo:

Never Give Up:

<https://www.youtube.com/watch?v=domCDwp5u3I>

El vídeo tracta sobre la importància de persistir i el valor de l'esforç i l'èxit.

Reflexió:

Mai no et rendeixis.

- Què sentim quan veiem com altres persones aconsegueixen el que es proposen?
- Quines pedres trobem en el camí?

2. Vídeo:

Que amen la vida, consell de Pepe Mujica per als joves:

<https://www.youtube.com/watch?v=yHkYnIInvMA>



En aquest vídeo l'expresident de l'Uruguai reflexiona sobre la vida, l'amor i les relacions humanes: Estimeu la vida. La veritable aventura i l'únic miracle que hi ha al món, per a cadascú de nosaltres, és haver nascut.

3. Lectura:

Evangeli segons Mateu 5.40-41:

Viure la vida des del perdó.

Al qui et vulgui posar un plet per quedar-se el teu vestit, dona-li també el mantell. Si algú t'obliga a portar una càrrega durant mil passes, fes-ne amb ell dues mil.

4. Cançó:

Grita, de Jarabe de palo:

<https://www.youtube.com/watch?v=azwk9dOZgpA>

Moltes vegades creiem que estem sols, en aquesta vida. Quan sentis que la foscor envaeix la teva vida, crida i busca aquella mà que t'obren i deixa que la llum torni a aparèixer.

5. Lectura:

Vivir o sobrevivir?, d'Olalla Caridad García:

<https://pastoralsj.org/vivir-o-sobrevivir/>

Què busquem? Potser viure sobre la marxa... Ens ve al cap que és costum respondre, quan algú ens pregunta com estem, amb el gerundi sobrevivint. Resulta que vivim en gerundi... però comptem, no vivim, sinó que sobrevivim! Per què estem sobrevivint, i no pas vivint? Estem immersos en una cultura de la pressa, en què les obligacions i les preocupacions ens arrossegueu a un ritme tan accelerat que no ens permet aturar-nos a reflexionar.

Sobreviure implica resistir per fer front a les demandes de l'ara i no tenir prou espai per gaudir-ne. Ens trobem atrapats en una cursa constant: estudis, feina, família, llar, compromisos... i tot és urgent i absorbent. Aquest ritme ens porta a viure en un mode automàtic i mecànic permanent, i a anar amb la mirada posada en el proper desafiament o problema, sense aturar-nos a gaudir del que ja tenim o ja hem aconseguit.

Viure, en canvi, implica connectar-nos amb el present, apreciar les petites alegries i trobar sentit en allò que fem. És un cultiu de la vida adobant les relacions autèntiques, dedicant temps a la cura personal, espiritual i emocional, i valorant els moments de calma. És tenir la capacitat d'aturar-nos, en comptes d'avançar sistemàticament sense rumb.

El cas és que acostumem a sobreviure, i no pas a viure, i si no prenem la consciència necessària d'aquesta diferència: correm el risc de continuar sobrevivint sense arribar a viure plenament, per la qual cosa la invitació és clara: convé trobar l'equilibri entre les nostres obligacions i gaudir del camí, aprenent a viure, no només a sobreviure.

27 d'octubre

1. Vídeo:

Escena de la pel·lícula *Patch Adams*: "¿Cuántos dedos puedes ver?"

https://www.youtube.com/watch?v=i5_UG-3ZB3g

De vegades ens deixem endur pel que és superficial: colors, imatges i paraules boniques. Bones dosis de normalitat i molta rutina. I si poguéssim mirar d'una altra manera? Aquests ulls que veuen més enllà, que busquen a l'interior de les persones, i no només en els problemes. Aquesta mirada capaç de veure l'espurna de Déu en cada realitat.



2. Cançó

Celebra la vida, d'Axel:

<https://www.youtube.com/watch?v=8XSwlQ6jBol>

Reflexió:

Malgrat que ens toqui viure moments difícils, ens podem sentir estimats per Déu. Celebrem la vida que se'ns ha donat de manera incondicional.

3 Vídeo:

No te detengas:

<https://www.youtube.com/watch?v=dw9EAmvYoj0>

No deixis que s'acabi el dia sense haver estat feliç.

Reflexió:

La vida és plena d'oportunitats, i cada dia ens presenta noves possibilitats. Aquí tens alguns pensaments inspiradors:

- Aprofita cada moment: la vida és curta i cada dia és una nova oportunitat per aprendre, créixer i millorar. No deixis que la por t'aturi.
- Sigues valent: les oportunitats sovint ens demanen que sortim de la zona de confort. Atreveix-te a prendre riscos i a perseguir els teus somnis.
- Aprèn dels fracassos: no totes les oportunitats tindran el resultat que esperaves, però cada experiència és una lliçó valuosa. Els fracassos són simplement passos cap a l'èxit.
- Mantingues una ment oberta: de vegades les oportunitats venen de llocs inesperats. Tingues la ment oberta i sigues receptiu a noves idees i experiències.
- Crea't les oportunitats: no sempre has d'esperar que les oportunitats t'arribin. Sigues proactiu i busca activament maneres d'assolir els teus objectius.

Que aquests pensaments t'inspirin a veure la vida amb una perspectiva positiva i a aprofitar al màxim cada oportunitat que se't presenti.



NOVEMBRE: Tothom té lloc en aquesta taula de la celebració

Què seria la vida si tots fóssim iguals i visquéssim de la mateixa manera? Trobar bellesa en allò que és diferent és una mostra de la fraternitat marista. Igual que en una gran família, tots tenim un lloc en aquest món i hem de celebrar la nostra diversitat. Posem atenció en les persones que més ho necessiten, especialment els nens i nenes a qui encara no es respecten els drets.

3 de novembre

1. Vídeo:

Manaments per ser feliç, de Pau Donés:

https://www.youtube.com/watch?v=D_yovRMwelk

4 de novembre

Reflexió:

La integració social

La *inclusió* de persones en la societat es refereix a la pràctica de garantir que tothom, independentment de les seves diferències (discapacitat, raça, gènere, orientació sexual, etc.), tingui les mateixes oportunitats i drets per participar plenament en la vida social, econòmica i cultural.

Hi ha diversos punts des dels quals podem analitzar aquest concepte:

- **Diversitat com a riquesa:** la inclusió social promou la diversitat, que enriqueix la comunitat. Cada persona aporta perspectiva, habilitats i experiències, que poden portar a solucions més creatives i efectives als problemes socials.
- **Drets humans:** la integració social és un dret fonamental. Totes les persones mereixen ser tractades amb dignitat i respecte i tenir accés a oportunitats que els permetin desenvolupar-se plenament. La inclusió és essencial per construir societats justes i equitatives.
- **Reducció d'estigmes:** fomentar la inclusió ajuda a desmantellar estigmes i prejudicis. En interactuar i col·laborar amb persones de diferents orígens i capacitats, es promou l'empatia i la comprensió, la qual cosa contribueix a una societat més cohesionada.
- **Cohesió social:** la integració social fomenta la cohesió i l'estabilitat en la comunitat. Quan les persones se senten incloses i valorades, és més probable que s'involucrin en activitats cíviques i comunitàries, la qual cosa enforteix el teixit social i promou un sentit de pertinença.

5 de novembre

1. Vídeo:

Siempre fui Álex, de Sancho Ortiz de Lejarazu i Roberto Ruiz Céspedes:

<https://www.youtube.com/watch?v=CJwPh9re9Js>

Aquest curtmetratge narra la història de l'Àlex, un nen transgènere a qui acompanyem en el seu dia a dia per demostrar que és com qualsevol altre nano de la seva edat.

6 de novembre

1. Vídeo

Inclusión y educación: todos, sin excepción:

https://www.youtube.com/watch?v=-2-F0KK1C_k



7 de novembre

Recurs 1

10 de novembre

Reflexió:

Si observem la vida de Jesús, moltes de les seves trobades són amb persones que, pel fet d'haver pecat o de patir alguna malaltia, es trobaven fora del sistema social. Sovint Jesús fins i tot transgredeix les normes del seu temps per buscar els que estaven perduts, per guarir-los i per restaurar les seves ofenses i perdonar-los. Jesús para atenció als més petits, els que sembla que no comptin, i diu que qui els acull a ells també l'acull a ell. La mateixa fe catòlica significa *universal*, ja que *Déu vol que tothom se salvi i arribi al coneixement de la veritat*.

11 de novembre

1. Cançó:

Respeto mis derechos, de Yo soy Ratón i Plataforma de infancia:

<https://www.youtube.com/watch?v=iM6YdAzfNfM>

Per mitjà de la cançó, la iniciativa de música infantil apta per a persones adultes, treballa per acostar els més petits als seus drets, reconeguts a la *Convenció sobre els drets de la infància* de l'Organització de les Nacions Unides.

12 de novembre

1. Vídeo :

Cuerdas, de Pedro Solís García:

https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw&t=32s

Cuerdas és una història de dos grans amics, però també és una història sobre inclusió, respecte i fins i tot amor i vocació. El curtmetratge de Pedro Solís García, guanyador del premi Goya el 2014 en la categoria de millor curtmetratge d'animació espanyol, comença a l'orfenat provincial després de l'arribada d'un nou estudiant: Nicolás Solís, un nen amb paràlisi cerebral. Tothom a l'escola parla d'ell com algú «especial».

Tanmateix, per a una alumna anomenada María, ell només és un nen que necessita una mà amiga. Tot i que les companyes la qualifiquen d'estranya, des que en Nicolás arriba la María s'hi acosta i troba la manera d'integrar-lo en els seus jocs lligant-se la mà a la d'ell amb una corda.

13 de novembre

1. Lectura:

Isaïes 11, 1-10: Llops i xais.

El llop conviurà amb l'anyell, la pantera jaurà amb el cabrit; menjaran junts el vedell i el lleó, i un nen petit els guiarà.

Aconseguiran habitar a la mateixa terra els israelians i els palestins? Podran pregar junts els jueus, els cristians i els musulmans? Conviuran pacíficament enemics de tota la vida? En aquestes qüestions del profeta Isaïes els cristians hi veiem més que una utopia; una



cosa que, per definició, és inassolible o no tindria lloc. Els que creiem en Jesús confiem contra tot pronòstic que només en Ell, només en aquell infant que van anunciar els profetes, els éssers humans podrem viure en pau.

No sabem si totes les persones, religions o cultures convergiran cap a una fe explícita en Jesús de Natzaret. El que sí que sabem i podem esperar és que la pau i la reconciliació seran possibles en la mesura que cada persona actuï conforme a Jesús. Fent-se home ens transforma per la seva humanitat i ens salva en la seva divinitat: fins i tot d'una manera que només Déu coneix, com va afirmar el Concili Vaticà II respecte de la salvació dels no cristians.

17 de novembre

1. Cançó:

Somos el mundo, d'Artists for Haiti:

https://youtu.be/KdMVLAIUbjU?si=qLx_LR4rIdNbisa7

Aquesta poderosa balada va ser creada l'any 1985 per un grup d'artistes amb l'objectiu de recaptar fons per ajudar els infants de l'Àfrica i als que afronten crisis arreu del món. La cançó no només és un himne de solidaritat, sinó que també ens recorda la importància d'unir-nos i ajudar els altres. Així doncs, gaudim d'aquesta bella melodia i el seu missatge inspirador!

18 de novembre

1. Cançó:

Fraternidad, de Kairoi:

<https://youtu.be/vShcaaXxPJc?si=hl5qazmtlgrasTFY>

Sant Marcellí Champagnat ens va deixar nombrosos exemples i ensenyaments sobre com podem enfortir la fraternitat, com ara els que enumerem tot seguit:

- **Hospitalitat i acollida:** sempre va emfatitzar la importància d'acollir tothom amb calidesa i obertura.
- **Cura i atenció als més necessitats:** Marcellí va dedicar la seva vida a ajudar els infants i joves més necessitats i va mostrar un profund compromís amb la justícia i la solidaritat.
- Treball en equip: creia que la fraternitat es basa en la cooperació i el treball en equip.
- **Escolta i comunicació oberta:** practicava l'escolta atenta i la comunicació sincera per crear un ambient de confiança i de respecte mutu.
- **Educació integral:** sostenia que l'educació no és només una transmissió de coneixements, sinó una formació integral de la persona, que promou valors humans i espirituals.
- **Espiritualitat senzilla i profunda:** vivia una espiritualitat senzilla però profunda basada en la fe i l'amor al proïsme.
- **Model de vida:** no només ensenyava amb paraules, sinó amb el seu exemple de vida. La seva dedicació, humilitat i amor envers els altres inspiraven tots els que l'envoltaven.

19 de novembre

1. Conte:

Utopia

Hi havia una vegada un país on tothom era igual. Cada persona vestia la mateixa roba,



tenia les mateixes possessions, vivia en cases idèntiques i tothom duia una vida uniforme i monòtona.

En aquest lloc, anomenat Utopia, tots els habitants seguien unes regles estrictes. No hi havia espai per a la creativitat, la individualitat ni l'expressió personal. Les decisions les prenia un grup selecte de líders, que asseguraven que aquestes regles es mantinguessin en tot moment.

Un jove anomenat Àlex va començar a qüestionar aquesta manera de viure. Es preguntava què significava realment ser humà si tothom era igual. On era la llibertat d'elecció, la diversitat de pensaments i la possibilitat d'expressar la pròpia identitat?

Va decidir explorar més enllà de les fronteres d'Utopia i va descobrir un món completament diferent. Aquí, la diversitat regnava a tot arreu. Cada persona era única en els seus gustos, habilitats i opinions. Hi havia colors, sabors i sons que mai no havia experimentat.

Quan va conèixer persones de diferents cultures i orígens, l'Àlex va comprendre que la veritable riquesa de la vida raïa en la diversitat. Va aprendre a valorar les diferències i a apreciar la bellesa que sorgeix quan individus únics s'uneixen en harmonia.

En tornar a Utopia, l'Àlex va compartir la seva experiència amb els amics i veïns. Els va parlar sobre la importància de la diversitat, la llibertat i la individualitat enriquidora que cada persona aporta al món.

De mica en mica la societat d'Utopia va començar a obrir-se a noves idees i formes de vida. La monotonia va deixar de ser un ideal absolut per donar pas a la celebració de la diversitat i la inclusió.

Des d'aleshores la vida a Utopia va canviar per sempre. Els habitants van aprendre a valorar allò que els feia únics i van descobrir la veritable màgia que sorgeix quan persones diferents s'uneixen en respecte i solidaritat. I així van trobar la veritable felicitat en l'acceptació de la diversitat.

Reflexió:

Com t'agradaria que fos, el lloc on vius?

20 de novembre

1. Vídeo:

Para cada niño, d'UNICEF:

<https://youtu.be/lyQwIxyf5YE?si=PaWXWgkEFA9f-mTb>

Cada any, el 20 de novembre, se celebra el Dia Internacional de la Infància. Aquesta data commemora l'adopció de la *Declaració dels Drets de la Infància*, l'any 1959, i la *Convenció sobre els Drets de l'Infant*, el 1989, per part de l'Assemblea General de les Nacions Unides.

L'objectiu d'aquest dia és crear consciència i promoure els drets dels infants a tot el món, així com fomentar la importància de garantir la seva protecció, benestar i desenvolupament. És una oportunitat per reflexionar sobre els reptes que afronten els nens i nenes, com ara la pobresa, la violència, l'explotació i la manca d'accés a l'educació i a l'atenció mèdica.

UNICEF promou els drets i el benestar de tots els infants i adolescents en tot allò que fan. Juntament amb els seus aliats, treballen en 190 països i territoris amb l'objectiu de transformar aquest compromís en accions pràctiques que beneficiïn tots els infants, i centren especialment els esforços a arribar als més vulnerables i exclosos arreu del món.



21 de novembre

1. Cançó:

Los derechos humanos, tu mejor instrumento, de Pedro Calero i Mili Vizcaíno:

https://youtu.be/T9XhBuOtWtg?si=gWSdtWIZjI8f_nZf

Una cançó dedicada al Dia Internacional de la Infància i als drets dels infants.

2. Activitats per celebrar el Dia Internacional de la Infància:

- Pintar o fer un dibuix sobre el tema "Un món millor per als infants".
- Crear contes o poesies centrats en la infància.
- Jugar a jocs de rol que simulin situacions en què els drets s'han de defensar.

24 de novembre

1. Vídeo :

Piper, de Pixar:

<https://www.youtube.com/watch?v=rr7AWD2PZaI>

Piper és un curtmetratge animat que mostra com es poden superar les pors i les diferències per aconseguir la inclusió, un procés que implica autoconeixement, educació i empatia. És un camí continu d'aprenentatge i creixement. Cada petit pas compta i contribueix a promoure un entorn més inclusiu i respectuós per a tothom.

Reflexió:

La inclusió social implica assegurar que totes les persones, sense que importin les seves diferències (com ara discapacitats, la raça, el gènere o l'orientació sexual, entre altres factors), tinguin les mateixes oportunitats i drets per participar de manera activa en tots els aspectes de la vida social, econòmica i cultural.

- Com es poden adaptar els mètodes d'ensenyament per atendre la diversitat d'estils d'aprenentatge a l'aula?
- Quin paper assumeixen els companys de classe en la inclusió d'estudiants amb necessitats especials o diferents habilitats?
- Com es poden involucrar les famílies en el procés d'inclusió a fi d'assegurar que tots els estudiants tinguin el suport necessari tant a casa com a l'escola?
- Quins exemples d'èxit coneixes en la inclusió d'alumnes a l'aula?
- Com es poden abordar les barreres físiques o emocionals que impedeixen la inclusió de tots els estudiants a l'aula?

2. Vídeo:

¿Cómo afectan las emociones y los pensamientos al organismo?, de Marian Rojas Estapé:

<https://www.youtube.com/watch?v=Q-j7jCTmDGA>



DESEMBRE: Esperar. i celebrar la nova vida que ja arriba. que ve, que ve!

Els nou mesos d'un embaràs ens ensenyen a esperar. Estem desitjant que arribi la bona notícia i CELEBRAR-LA. Aprendre a esperar ens ajuda a valorar la vida, a no donar-la per descomptada. En aquest Advent ens preparem per Nadal i esperem nous començaments i oportunitats, mirant endavant amb esperança.

1 de desembre

1. Lectura:

Salm, Vine, senyor:

<https://pastoralsj.org/oracion/ven-senor/>

Ja, Senyor! Per a quan esperes? Ara!

Vine aviat, vine, que el món gira a cegues
ignorant l'amor que el sustenta.

Vine aviat, vine, Senyor, que avui entre germans
es paren trampes i s'amaguen paranys.

Vine, que la llibertat és entre reixes
de la por que els uns als altres es professen.

Vine, vine, no deixis ara d'escoltar-nos
quan tant de camí està tancat.

Ja, Senyor! Per a quan esperes? Ara!

No has de ser l'alegria dels pobres,
dels qui en tu posen la seva confiança?

No has de ser per al trist i afligit
consol en el seu dolor, llum en el seu crit?

Qui posarà pau als nostres cors
si la teva tendresa i compassió s'amaguen?

Qui saciarà aquesta fam d'infinít
si no vens a omplir-lo tu mateix?

Ja, Senyor! Per a quan esperes? Ara.

Reflexió:

Aprendre a esperar ens ajuda a valorar la vida.

2. Lectura:

Adviento, una definición, de Dani Cuesta:

<https://pastoralsj.org/adviento-una-definicion/>

L'Advent és posar-se en camí amb qui un dia va veure sortir aquella mateixa estrella a l'Orient.

És compartir, intuir, esperar i avançar, desafiant aquesta boira espessa i aquests núvols negres que s'estenen sobre tot.

És continuar caminant, endinsat en la foscor, sent de vegades far de qui dubta i altres vegades deixant que sigui ell qui il·lumini el camí.



És avançar entre les ruïnes d'un passat tan gloriós i anhelat com mitificat, cap a un futur tan veritable com dubtós.

És aturar-se a beure en aquells llocs que són fonts per a l'ànima cansada i sentir allà el suport dels qui van beure i es van regenerar abans en aquestes aigües.

És continuar avançant i deixar anar el llast que s'amaga a l'ànima i roba la força a l'esperança.

És assumir que el camí no s'acaba i que l'anelhada destinació no arriba, però també constatar que, en la foscor, l'estrella continua brillant perquè la tenebra no pot apagar-la.

L'Advent és, en definitiva, un camí en el qual, desempolsegant una paraula i deixant-la bategar, es torna a sentir un nom que és promesa: Emmanuel.

3. Cançó:

Dijiste sí, de La Anunciación i Luispo:

https://www.youtube.com/watch?v=-ltNYCPrxPA&ab_channel=Catholicmusic

Es tracta d'una lloança a La Immaculada de Hakuna.

4. Imatge:

Què és l'Advent per a tu?



8 de desembre

En aquest Advent ens preparem per a Nadal.

1. Oració:

Luces de Adviento, d'Oscar Cala:

<https://pastoralsj.org/oracion/luces-de-adviento/>



En aquest temps de *llums*,
et demano *Llum*.
Llum per il·luminar les meves confusions,
els meus embolics i ambigüitats.
Llum per enfocar nous camins
i recordar els que ja he recorregut.
Llum per compartir amb altres
que van apagats o sense rumb.
I *Llum* per trobar-te,
a tu que vens a les fosques,
en la quietud d'una nit,
en la ingenuïtat d'una noieta,
als afores de Betlem.

2. Cançó:

Luces de Belén, de Luispo, amb l'Escola Jana d'Arts Escèniques :

<https://youtu.be/sgcme7-limY?si=DK7FrLAC2ct4INLg>

Quina nadala més bonica! La seva melodia porta tanta tendresa que commou l'ànima i ens transporta al portal de Betlem amb el Nen Jesús, que ens il·lumina en aquests temps de foscor, guerra i dolor.

3. Cançó:

Estrellas de cristal, interpretat pel cor de l'escola Fray Luis de León:

https://youtu.be/JjRWov_j-YA?si=PfzfKf_hXXGhtl2

Que els estels de Nadal il·luminin la pau al món. Mai oblidis l'arrel de l'amor que habita en el teu cor i dona'ns sempre aquesta il·lusió que després quan voles, estel de cristall.

4. Imatge





15 de desembre

Mirem endavant amb esperança, esperant nous començaments i oportunitats.

1. Oració:

Senyor de l'esperança, de Pere Casaldàliga:

<https://pastoralsj.org/oracion/senora-de-la-esperanza/>

Senyora de l'esperança,
perquè vas donar a la llum la vida.
Senyora de l'esperança,
perquè vas viure la mort.
Senyora de l'esperança,
perquè vas creure en la Pasqua,
perquè vas palpar la Pasqua,
perquè vas menjar la Pasqua,
perquè vas morir per Pasqua,
perquè ets Pasqua en la Pasqua.

2. Vídeo:

Noche de paz: <https://www.feadulta.com/es/videos/4794-noche-de-paz.html>

3. Vídeo:

Regalos de Navidad: https://www.youtube.com/watch?v=mibEa5J7oFs&t=25s&ab_channel=RafaelCalvo

4. Imatge:

Girl with balloon, de Banksy:

A aquesta obra se la recorda per ser una icona de la cultura britànica, però també perquè va ser «sacrificada» amb una trituradora en una prestigiosa casa de subhastes.

Més enllà de les estridències de l'art (i del seu negoci), hi ha una certesa existencial: la pèrdua de l'amor en la infantesa. De com els adults acaben perdent els seus somnis i els seus ideals més nobles, potser en el seu anhel de diners, d'èxit o de plaer. De com ens des-humanitzem i caiem en mans d'un materialisme que ens minva la dignitat.

Sempre hi ha temps per mirar el cel i demanar allò que hem perdut. Perquè sempre, sempre, sempre hi ha esperança.





GENER: Donar vida on manca pau

Donar vida allà on la pau és absent és celebrar la vida des del servei als altres. El nostre compromís d'ajudar els altres i de treballar per a un futur millor és la més gran de les celebracions. En aquest mes de gener, en aquest any que comença, som cridats a ser agents de canvi i a contribuir a un món més just i en pau.

5 de gener

Celebrem la vida des del servei als altres.

1. Lectura:

En todo amar y servir, de José María Rodríguez Olaizola:

<https://pastoralsj.org/en-todo-amar-y-servir/>

Una màxima cristiana que defineix una idea, un desig, una aspiració legítima del creient: estimar els que són a prop i els que són lluny. Amb amor que rep molts noms: amistat, passió, compassió, respecte... És veritat que no és fàcil, i que de vegades resulta difícil estimar algunes persones, i no pas per mala voluntat, sinó perquè les relacions humanes són complexes. Però també se n'aprèn: a mirar amb benevolència, a comprendre altres vides, a desitjar-los el millor. I a treballar per a això. Aquí entra en joc el fet de servir; servir és posar fil a l'agulla per intentar deixar el món una mica millor de com l'hem conegut. Servir és tenir la disposició per ajudar, per atendre, per guarir... Servir en tot allò que és quotidià. En la família, en la feina, en el descans. Serveixen les paraules i els gestos, els silencis i les mirades; serveix el nostre temps, si l'emprem bé, i el riure que s'encomana; les cançons que espongen, els esforços per aixecar el que està caigut. Serveix donar la vida cada dia. Ignasi de Loiola ho va aprendre mirant Jesús. Coneixent-lo, estimant-lo i seguint-lo.

Reflexió:

«En tot estimar i servir», és un bon eslògan per a aquesta època que vivim. Va una mica a contracorrent, i per a molts és difícil d'entendre. Però és una bona disposició vital; donar-se, a temps i a destemps. Perquè d'egoistes el món en va sobrat. I així ens va. De manera que, encara que sigui difícil i de vegades costi, per què no podem ser ambiciosos? Per estimar i sentir, en tot.

2. Vídeo:

Da: https://youtu.be/ea-DbCrIx_8?si=rwJm8cGdKJ5qhj5k

Senyor, que el do de la generositat es vagi convertint, de mica en mica, en una nota de fons en la meua vida.

3. Imatge: Avui i cada dia – Muxote Potolo bat





12 de gener

El nostre compromís d'ajudar els altres i de treballar per un futur millor és la més gran de les celebracions.

1. Lectura:

La gente buena, de Sergio Gadea:

<https://pastoralsj.org/la-gente-buena/>

Avui vull dedicar unes línies a la gent bona. No em refereixo a la bona gent, és a dir, tots aquells amb qui ens creuem cada dia o amb qui tenim alguna trobada casual i que ens fan la vida més fàcil amb la seva amabilitat i simpatia. D'aquesta bona gent, gràcies a Déu, no en falta.

Avui, però, vull retre homenatge a la gent bona, és a dir, a aquells que, pel seu compromís de vida, pels gestos i els detalls, per la manera de sentir, de mirar i de caminar per la vida, apunten a una cosa més sublim, potser a una cosa que els sobrepassa a ells mateixos. Per exemple, aquell que renuncia a un lloc de treball que qualsevol voldria per dedicar-se a quelcom més vocacional i que ajudarà més persones tot i cobrar molt menys; aquella que travessa mig món, literalment, per acompanyar els moments importants (com ara casaments i funerals) de la seva gent, quan tothom entendria que no vingués; el que obre les portes de casa seva per acollir una altra persona que s'ha quedat al carrer i que, passades unes setmanes, no se la nota incòmoda amb la seva intimitat envaïda ni per haver fet aquest favor.

Són petits gestos que deixen entreveure un cor gran. Detalls gratuïts que són impagables per a qui els rep. Mostres de bondat que apunten més enllà de la persona. I és que aquesta gent bona ens obre els ulls: Déu ens cuida a partir dels seus gestos desinteressats. Només queda agrair-ho i fer-se petit. Amb aquests detalls senzills, una vegada més, s'enfonsen els nostres càlculs d'«això t'he lliurat, això espero rebre» i els desenfocaments sobre la nostra figura en els quals ens col·loquem més amunt o més avall del lloc que ens correspon. Perquè d'aquesta gent bona en rebem alguna cosa inesperada i immerescuda i perquè, reconeguem-ho: ens donen mil voltes.

Els seus noms haurien d'estar escrits en una placa per ser recordats. I si bé poques vegades obtindran un reconeixement públic, com a mínim els seus noms haurien d'estar ben gravats en un lloc on puguem mirar de tant en tant. Perquè la gent bona sosté el món, o, més modestament, ens sosté a nosaltres. Cada vegada que la fe tremoli, que ens sentim sols, que desconfiem del gènere humà o que comprovem que és possible donar-nos una mica més, hauríem de tornar la mirada a aquests noms per reconèixer que Déu ja ens va estimar primer i que de nosaltres espera que també ens lliurem amb bondat.

Així doncs, que aquest homenatge agraït vagi a la gent bona, i estic segur que molts dels qui l'han llegit s'hi voldran apuntar.

2. Cançó:

Gente luminosa, d'El Arrebato:

https://www.youtube.com/watch?v=uASWI4LdZIo&ab_channel=ElArrebatoOnVEVO



3. Imatge i reflexió:

Jo em comprometo a...



19 de gener

Som cridats a ser agents del canvi per contribuir a un món millor.

1. Lectura:

¿Es posible cambiar el mundo?, de PastoralSJ:

<https://pastoralsj.org/es-posible-cambiar-el-mundo/>

2. Vídeo:

Escena de la pel·lícula Cadena de favors: "¿Es posible cambiar el mundo?"

<https://youtu.be/cVZCHtykTDc>

Reflexió:

És possible canviar el món? Aquesta pregunta ens la fem contínuament. En un món on cada vegada sembla que hi ha més odi i dolor, encara hi ha milers de persones que a diari donen la vida per millorar-lo. Vivim pensant que és possible? Tenim present que potser el món ens necessita? Als llocs sense esperança, potser els hem d'omplir i renovar-los amb l'esperança que, si tots remem en la mateixa direcció, cada dia farem d'aquest món un lloc una mica millor.

Potser aquesta escena sembla ingènua, benintencionada, impossible. Segur que els esceptics de tota mena, els cíncics, els suficients, diran que el món no té remei. I, no obstant això, la pregunta continua allà, impertinent, urgent, necessària: Què n'espera, el món, de tu? I com el pots canviar?

3. Cançó:

Mundo inventado, de Kany García, interpretada per Marta Gómez:

https://www.youtube.com/watch?v=hGdOpSoVEaQ&t=105s&ab_channel=MartaGomez

Per viure tinc un món inventat, on el dolor té el temps comptat i les persones es tornen a tractar de germans, on el nord mira al sud.

Aquesta és una cançó preciosa per meditar i sentir com se t'omple el cor d'esperança.



4. Imatge i reflexió:

Pensament de Nelson Mandela:



26 de gener

Som cridats a construir un món en pau.

1. Oració:

Dona'ns la teva pau, de Pere Casaldàliga:

<https://pastoralsj.org/oracion/danos-tu-paz/>

Dona'ns la teva pau.

Dona'ns, Senyor, aquella pau estranya
que brolla en plena lluita
com una flor de foc;
que esclata en plena nit
com un cant amagat;
que arriba en plena mort
com el petó esperat.

Dona'ns la pau dels qui caminen sempre,
despullats d'avantatges,
vestits pel vent d'una esperança núbil.
Aquella pau del pobre
que ja ha vençut la por.
Aquella pau del llibre
que s'aferra a la vida.
La pau que es comparteix
en igualtat fraternal
com l'aigua i l'hòstia.



2. Vídeo:

Enseñanzas de Rigoberta Menchú, la nieta de los mayas:

https://www.youtube.com/watch?v=A8dM2NU8i_k&ab_channel=AprendemosJuntos2030

En aquest vídeo es pot veure una crida urgent a la consciència per viure en pau, igualtat i justícia d'aquesta Premi Nobel de la Pau. Paraules plenes de saviesa, amor i compassió que tant de bo ens serveixin per valorar més les coses importants i menys el soroll i la recerca de la riquesa.

3. Cançó:

Hazme un instrumento de tu paz:

https://www.youtube.com/watch?v=wiYA3rSyfrM&t=116s&ab_channel=GregorioRedondo

Avui més que mai, l'oració de Francesc d'Assís ens ressona al cor per viure en l'amor i la pau cada dia de la nostra vida.

4. Vídeo:

Los 10 fundamentos de Gandhi para cambiar el mundo:

https://www.youtube.com/watch?v=orjfanfGBNM&ab_channel=Claleja14



FEBRER: Tenir cura de la vida perquè no es perdi

Cada vegada que ens cuidem a nosaltres mateixos i als que ens envolten estem contribuint a fer que la vida romanguí. Aquest mes proposem un moment per aturar-nos i reflexionar sobre com tenim cura de la vida de les persones que ens envolten, les que ens comprometen de debò i aquelles que més necessiten allò que els podem aportar. Perquè la vida és un regal que se'ns ha donat i som responsables de tenir-ne cura.

2 de febrer

Ens cuidem perquè la vida és un regal.

1. Lectura:

La vida és..., de santa Teresa de Calcuta:

La vida és una oportunitat, aprofita-la.

La vida és bellesa, admira-la.

La vida és felicitat, sent-la.

La vida és un somni, fes-lo realitat.

La vida és un repte, accepta'l.

La vida és un deure, compleix-lo.

La vida és un joc, participa-hi.

La vida és valuosa, assaboreix-la.

La vida és riquesa, conserva-la.

La vida és amor, gaudeix-ne.

La vida és un misteri, descobreix-lo.

La vida és una promesa, compleix-la.

La vida és tristesa, supera-la.

La vida és una cançó, canta-la.

La vida és lluita, accepta-la.

La vida és tragèdia, afronta-la.

La vida és aventura, atreveix-te.

La vida és vida, conserva-la.

La vida és sort, busca-la.

La vida és massa preciosa, no la destrueixis.

2. Lectura:

¡Aprovecha!, de Maite López:

<https://pastoralsj.org/musica/aprovecha/>

Aprofita! No és només un bon consell, una cosa que desitgem als altres quan fan un viatge de somni o viuen un moment especial. És una d'aquelles expressions que ens convé repetir cada matí quan ens llevem. Dir-nos-la amb freqüència... en la quotidianitat, en allò que és rutinari i tediós: aprofita-ho. Sí, exprimer la vida, assaborir cada glop i no deixar passar el temps. No perdre'l. Cada instant és una nova oportunitat. I només una cosa és important. Només una és imprescindible: estimar... aprofita per estimar!



3. Cançó:

Aprofita!, de Santiago Benavides:

Aprofita!

Que tenim de regal de la vida,
que un «t'estimo» encara és a temps,
que hi ha «perdona'm» que curen les ferides.

Aprofita!

Que els teus ulls són capaços d'un «t'estimo»,
que les teves mans poden fer una bona abraçada
i els teus passos poden anar a la recerca del teu germà.

Aprofita!

Que pots donar amor amb les teves paraules
i una flor revifar antigues flames,
antigues flames.

Perquè la pluja va acaronar la teva matinada,
perquè de nou Déu a la porta et crida,
perquè no saps què passarà demà,
aprofita per estimar.

Aprofita!

Que les coses importants són tan simples,
que jugar amb els teus petits és possible.
que dir-los que els estimes els defineix.

Aprofita!

Aquest pudor del tedi dels dies,
desempolsa velles alegries
tan senzilles.

...

Perquè la pluja va acaronar la teva matinada,
perquè de nou Déu a la porta et crida.
perquè no saps què passarà demà.

Aprofita per estimar.

Aprofita per estimar.

Perquè encara no s'ha trencat el cordó de plata,
perquè l'orgull no ha acabat amb l'ànima,
perquè continuem a l'escola de la gràcia.

Aprofita per estimar.

Aprofita per estimar.

Aprofita per estimar.



3. Lectura:

Este es el momento. Pero, ¿de qué?, d'Elisa Orbañanos:

<https://pastoralsj.org/este-es-el-momento-pero-de-que/>

Carpe diem. La idea ens envolta. Els mitjans i la publicitat ens bombardegen amb el missatge. El llegim en tanques publicitàries, en tatuatges, en blogs. Gaudeix el moment és, probablement, la invitació preferida del nostre temps. Viure l'avui i l'ara, sense preocupar-nos del que ens depara el futur. En aquesta línia, ens presenten com a envejable i temptador el fet de deixar-ho tot i anar-nos-en a una platja deserta, com les famoses a Instagram, o el recurrent ser nosaltres mateixos, sense importar el que diguin els altres.

Però viure el moment pot anar molt més enllà. Pot significar una experiència molt més radical, per bé que menys vendible. Lluny de clàssics i de preguntes com què faries si guanyessis la loteria o si sabessis que demà ja no seràs aquí. La reflexió pot ser (i potser ha de ser) més profunda. De vegades donem per garantides coses que no són pas infinites. Tenim seguretats de realitats transitòries. I així deixem passar el temps, sense donar-li qualitat. Parlem sense dir res. Mirem sense veure i som sense abraçar. Però com vivim és important; importa el que digui de nosaltres la gent que ens estima i que ens envolta. I també importa el que nosaltres diem.

Una vegada més, després del dolorós incendi de Londres d'aquesta setmana, ens assabentem que moltes de les víctimes van trucar i escriure a familiars i amics per acomiadar-se'n. No hi va haver retrets. No hi va haver converses buides ni missatges superficials. Les últimes paraules van ser totes d'afecte i agraïment. Hi va haver realitat. Moment.

No esperis al límit per viure el present. Què has d'agrair tu, avui? A qui deus una paraula? Què és el que realment (t')importa? El moment és aquest. Aquí i ara. Viu-lo.

4. Cançó:

Modo vida, de Santiago Benavides:

https://www.youtube.com/watch?v=dHCudEBE3To&ab_channel=SantiagoBenavides

4. Imatge





9 de febrer

Cuidem la nostra família, perquè amb ella construïm vida.

1. Lectura:

Mi familia es un mundo, per Marta Porta:

<https://pastoralsj.org/mi-familia-es-un-mundo/>

En l'experiència de pertànyer a una família concreta (aquests pares, germans; aquesta casa, aquest lloc) s'expliquen algunes raons de ser qui soc. Perquè en la construcció de la identitat hi ha la tasca d'assumir d'on vinc i amb qui soc.

La meva família és un dibuix és una expressió que sovint s'utilitza a l'Argentina per descriure aquesta experiència singular de pertànyer a un grup humà que ens ve donat.

Cada família és un món és l'acceptació que dins d'aquest petit món succeeix la vida mateixa, i ens defineix en trets, gestos, pensaments, personalitat i cultura. De vegades sembla que prenem un aire d'independència, com si de veritat ens hagués portat una cigonya de París... I creiem que tot ho podem sols o que no necessitem els nostres. Però és allà, entre els nostres, on la persona es fa humana i se'ns revela la nostra dependent petitesa. I és allà on ens trobem vulnerables, nus, reconeguts. On les preguntes com estàs?, què ha passat? són tan essencials com incòmodes. Perquè *ser, estar i pertànyer* a una família no es poden separar.

La família és arrel, escola, mestra, part, origen, destí, referència, refugi, passió, problema, solució. I de vegades la donem per descomptada i no ens aturem a pensar com n'és, d'important, i com cal apostar-hi.

Anima't a sentir-te part de la família!

2. Lectura:

Tuvo una familia, de Dani Cuesta:

<https://pastoralsj.org/tuvo-una-familia/>

A vegades les imatges de la Sagrada Família ens fan entendre-la d'una manera freda, solemne i distant. Ara bé, no hem d'oblidar que Jesús va tenir una família i que en ella va viure moltes de les coses que nosaltres hem viscut a la nostra.

Jesús va necessitar que Josep i Maria el bressolessin per adormir-se, i que li canviessin els bolquers. Va créixer en una llar marcada per la pobresa i per l'amor. Va veure com Josep es desviava entre mil feines per poder portar diners a casa i va patir l'estretor econòmica de no poder arribar a final de mes. Va ajudar la seva mare, Maria, a pastar el pa, a rentar la roba i a netejar la casa, i d'ella en va aprendre l'amor per la senzillesa i el treball silencios i amagat. Va rebre l'amor que Josep i Maria van vessar sobre ell i va veure com ells s'estimaven l'un a l'altre, valorant-se i perdonant-se mútuament. Segurament també va passar temporades amb els seus avis, a qui se'ls devia caure la bava amb el net, el devien estimar amb bogeria i fins i tot potser el van malcriar.

Juntament amb els pares, va assistir a les festes del seu poble i de la seva família. Només coneixem les noces de Canà, però amb aquest exemple n'hi ha prou per saber que estimava els seus familiars i es desplaçava fins on vivien per celebrar-hi les alegries de la vida. Jesús celebraria amb ells noces, naixements, aniversaris i festes, i potser moltes d'elles el van inspirar per explicar que el Regne de Déu s'assembla a una gran festa plena de convidats.

Jesús també devia compartir les penes i tristeses de la vida en família. Les penúries econòmiques, les malalties dels parents propers, la mort dels seus familiars (devia sentir especialment el dolor de la pèrdua de Josep). Jesús devia vetllar en família els difunts, devia abraçar les vídues, vidus i orfes i devia plorar amb ells, devia ajudar a enterrar els morts i pregar a Déu per ells.



Sí, en definitiva: Jesús va tenir una família i, apassionat i profund com era, hi viuria plenament l'amor que nosaltres experimentem en les nostres. Precisament per això, perquè la seva presència va fer que tot fos ple d'amor, els creients trobem en la Sagrada Família de Natzaret el model i l'ideal de totes les famílies cristianes.

16 de febrer

Cuidem els nostres companys, amics i tots els que ens envolten, perquè és el que ens compromet de debò.

1. Dinàmica de grup

Cercle de confiança:

Els participants seuen en cercle i comparteixen alguna cosa positiva sobre els seus companys.



2. Vídeo :

Cadena de favores infinita:

https://www.youtube.com/watch?v=fJkWfHUaHTw&ab_channel=CristianMendoza





23 de febrer

Tenim cura dels que més ho necessiten posant els nostres dons al seu servei.

1. Lectura:

Para este curso: un voluntariado, d'Íñigo Alcaraz:

<https://pastoralsj.org/para-este-curso-un-voluntariado/>

Diuen que el temps és or perquè no torna; de fet, se'ns escapa contínuament. El que sí que podem fer és donar tot allò que ens arriba. Això és el voluntariat: oferir-nos per atendre una esclatxa humana, una situació fràgil que necessita ajuda. Ser voluntari és conspirar per al bé. És gratuït i genera llaços d'amistat. Serveix persones concretes que necessiten coses, temps i afecte.

La grandesa de l'experiència del voluntariat és que és incòmoda. Per a un mateix, perquè exigeix fidelitat (t'esperen encara que tinguis exàmens, feina o plogui). Per als altres, perquè crear llaços demana temps i exigeix acomodar-se al nouvingut. Per a la societat, perquè és una esclatxa d'humanitat fora del mercadeig econòmic, aquell que exigeix i recompensa. Potser aquesta última faceta és evocadora. Els voluntaris són com un exèrcit immens i silenciós empenyent la societat i el món cap al bé, aliens als interessos i a les relacions de poder. No busquen més que donar de franc el que també han rebut de franc: criar, educar, alimentar, passejar, ensenyar, escoltar, jugar, cuidar el feble...

L'alegria de ser voluntari és una revolució social. És una rebel·lia política contra la negligència del bé comú i l'interès general per part de tothom. És fer protagonista a qui de veritat ho mereix: el descartat, l'oblidat a la cuneta de la Història. Posar nom a aquells que anomenem exclosos. El voluntariat és la porta d'entrada per descobrir fraternitat on diuen presó, manicomi, indigent, sensepapers...

L'apòstol Jaume deia: «Et mostraré la meua fe a través de les obres». Quin cristià no busca temps de voluntariat? Quina persona no s'emociona i es compromet per alleujar el patiment dels seus conciutadans? Qui és el teu proïsme que és allà fora i et necessita? Tant de bo ens atrevim a exprémer el nostre horari per fer lloc a l'amistat, a les aventures de qui és diferent i viu de manera diferent, i, en definitiva, a confabular-nos per aconseguir un ordre de coses diferent en què les persones siguin la prioritat. I sense fotos a les xarxes socials, si us plau. Aquell dia serà el temps del Regne de Déu en la teua vida i en la de molts.

2. Vídeo:

El mundo es de todos, de Luis Guitarra:

https://www.youtube.com/watch?v=LWJlp4aYavI&ab_channel=LuisGuitarra

3. Vídeo:

Haz que tu vida brille ayudando a los demás:

<https://youtu.be/hRIKctHXq94?si=9AG6hNBhyrEpIdxV>

Ajudar les persones és un acte que millora la qualitat de vida en general. Però, a més de ser una bona acció, aquestes gestions beneficien directament, i immediatament, la persona que les fa. Una persona generosa de cor és una persona emocionalment rica, alegre i feliç.



MARÇ: La vida sempre ofereix una nova oportunitat per celebrar

De vegades podem sentir-nos desmotivats o ens infravalorem o ens sentim culpables. La Quaresma és una invitació a tornar-nos a posar drets, a recordar que sempre podem trobar bellesa i alegria, i a reconèixer i celebrar aquelles oportunitats que la vida ens ofereix i tot allò que nosaltres podem oferir-li a la vida.

2 de març

1. Cançó

Las leyes de la vida, de Diego Torres, Ángela Torres i Benja Torres:

https://www.youtube.com/watch?v=geqmTJ_KYRw

<https://www.youtube.com/watch?v=8bcsgfg6qFE> (amb la lletra)

Mentre escoltem la cançó cal que apuntin en un post-it les paraules o frases que els hagin cridat l'atenció.

Qué locas son

Las leyes de la vida

Se nos agota el tiempo

Y así se van los días

Costumbres del ayer

Momentos en familia

Y aunque no estemos todos

El corazón no olvida

Y se van, se van se van

Los recuerdos que se van

Lo que alguna vez vivimos juntos

Se nos pierde como gotas en el mar

Y si se trata de llorar

Gasta hasta la última lágrima

Y si se trata de apostar

¿Por qué no apostar todo?

No solo vale ganar

De algo sirven las derrotas

Si negamos la verdad

Se nos queda el alma rota

Que boges que són

les lleis de la vida.

Se'ns acaba el temps

i així se'n van els dies.

Costums d'ahir,

moments en família.

I encara que no hi siguem tots,

el cor no oblida.

I se'n van, se'n van, se'n van

els records que se'n van.

El que alguna vegada vam viure plegats

se'ns perd com gotes al mar.

I si es tracta de plorar,

gasta fins a l'última llàgrima.

I si es tracta d'apostar,

per què no ho apostes tot?

No només val guanyar,

d'alguna cosa serveixen les derrotes.

Si neguem la veritat,

se'ns queda l'ànima trencada.



Tarde entendí que siempre fui millonario.

La abuela comiendo en la mesa,
los amigos del barrio,
lo que dijimos, lo que callamos,
lo material siempre fue secundario.

Yo no me olvido.
Los consejos de mi padre,
el amor por una madre
y el valor por los amigos.

Por eso es que se van, se van, se van
como gotas en el mar.
Y si se trata de llorar,
gasta hasta la última lágrima.

Y si se trata de apostar,
¿por qué no apostararlo todo?
No solo vale ganar,
de algo sirven las derrotas.

Si negamos la verdad,
seguiremos como idiotas
Se nos agota el tiempo,
el corazón se oxida.

Heridas del ayer,
que pesan todavía.
Si yo volviera el tiempo atrás,
la cara sucia y las manos vacías
promesas de un amor que no se olvida,
las calles que marcaron nuestras vidas.

Y si se trata de llorar,
gasta hasta la última lágrima.
Y si se trata de apostar,
¿por qué no apostararlo todo?
No solo vale ganar,
de algo sirven las derrotas.

Vaig entendre tard que sempre havia estat milionari.

L'àvia menjant a taula,
els amics del barri,
el que vam dir, el que vam callar,
el material sempre era secundari.

Jo no me n'oblido.
Els consells del meu pare,
l'amor per una mare
i el valor pels amics.

Per això és que se'n van, se'n van se'n van,
l'amor per una mare
I si es tracta de plorar,
gasta fins a l'última llàgrima.

I si es tracta d'apostar,
per què no ho apostes tot?
No només val guanyar,
d'alguna cosa serveixen les derrotes.

Si neguem la veritat,
continuarem com idiotes.
Se'ns acaba el temps.
El cor es rovella.

Ferides d'ahir
que encara pesen.
Si jo fes tornar el temps enrere,
la cara bruta i les mans buides,
promeses d'un amor que no s'oblida,
els carrers que van marcar les nostres vides.

I si es tracta de plorar,
gasta fins a l'última llàgrima.
I si es tracta d'apostar,
per què no ho apostes tot?
No només val guanyar,
D'alguna cosa serveixen les derrotes.



Si negamos la verdad,
seguiremos como idiotas.
Hay que vivir,
hay que vivir el momento,
que los veranos terminan,
y después llega el invierno.
Hay que vivir
y saber aceptar que nos pasa el tiempo.
A veces olvidamos que la vida es un momento.
Se nos agota el tiempo.

Si neguem la veritat,
continuarem com idiotes.
Cal viure,
viure el moment,
que els estius s'acaben
i després arriba l'hivern
Cal viure
i saber acceptar que el temps ens passa,
de vegades oblidem que la vida és un moment.
Se'ns acaba el temps.

2. Vídeo

Testimoni d'en Joan, un nen d'11 anys a casa seva, a Paiporta (Horta Sud, al País Valencià), després de la DANA. Novembre del 2024:

<https://www.tiktok.com/@abc.es/video/7434900452304522528>

3. Lectura

Evangelí segons sant Lluc 17,20-25:

Els fariseus van preguntar a Jesús quan vindria el Regne de Déu. Ell els respongué:

—El Regne de Déu no vindrà en un moment previsible, ni tampoc podran dir: "És aquí" o "és allà". El Regne de Déu és enmig de vosaltres.

Després digué als deixebles:

—Vindran temps que desitjareu veure un de sol dels dies del Fill de l'home, però no el veureu. Us diran: "És aquí" o "és allà". No correu pas a buscar-lo. Perquè igual com el llampec esclata i resplendeix d'un cap a l'altre del cel, així serà el Fill de l'home quan vingui el seu dia. Però primer cal que pateixi molt, i la gent d'aquesta generació l'ha de rebutjar.

Propòsit:

Comencem pel nostre cor i per casa nostra. Que cada dia Déu sigui el més important en la nostra vida, cercar que el Regne de Déu visqui en el nostre cor, a través de la pregària i la caritat envers els altres.

9 de març

1. Cançó

La otra - Solo para ti, amb María Ruiz i Eva Sierra:

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=jziQEdlgz44>

Mentre escoltem la cançó cal que apuntin en un post-it les paraules o frases que els hagin cridat l'atenció.

Todo en la vida se acaba

Tot a la vida s'acaba.

Lo bueno y lo malo son días que pasan

El que és bo i dolent són dies que passen.

Confía en tu fuerza

Confia en la teva força.

Recuerda los mares

Recorda els mars

Que ya aprendiste a navegar

que ja vas aprendre a navegar.

Tú sabes, tú puedes, tú vales

Tu saps, tu pots, tu vals.



Lo canta la tierra que pisan tus pies
Dejar que se muera lo viejo
Es dar la mano a tu miedo a caer
Deja que te duela
Lo que tenga que doler
Que eso que te inunda el pecho
No se puede retener
No encierres la vida que corre
Por debajo de tu piel
Deja que pase el invierno
Y mírate reverdecer

Y el coraje que siempre derramas
Ojalá te lo dedicaras
Ojalá verte como una niña
Cosiéndole plumas de viento
Solo para ti
Solo para ti
Solo para ti

Deja que te duela
Lo que tenga que doler
Que eso que te inunda el pecho
No se puede retener
No encierres la vida que corre
Por debajo de tu piel
Deja que pase el invierno
Y mírate reverdecer

Te quiero si dices que no
Te quiero si dices que sí
Te quiero si vienes conmigo
Y te quiero si vuelves a ti
Te quiero aunque a ratos te olvides
Te quiero aunque vuelvas a huir
Ya casi te veo ofreciéndote el hogar
Que regalas
Por ahí
Y que en él haya un cuarto
De mar y de Sol, de perfumes

Ho canta la terra que trepitgen els teus peus.
Deixar que mori el que és vell
és donar la mà a la teva por de caure.
Deixa que et dolgui
el que t'hagi de doldre.
Allò que t'inunda el pit
no es pot retenir.
No tanquis la vida que et corre
per sota de la pell.
Deixa que passi l'hivern

I el coratge que sempre vesses,
tant de bo te'l dediquessis.
Tant de bo veure't com una nena
cosint plomes de ventA sus alas
Només per a tu.
Només per a tu.
Només per a tu.

Deixa que et dolgui
el que t'hagi de doldre.
El que t'inunda el pit
no es pot retenir.
No tanquis la vida que et corre
per sota de la pell.
Deixa que passi l'hivern
i mira't reverdir.

T'estimo si dius que no.
T'estimo si dius que sí.
T'estimo si vens amb mi
i t'estimo si tornes a tu.
T'estimo encara que de vegades te n'oblidis.
T'estimo encara que tornis a fugir.
Ja gairebé et veig oferint-te la llar
que regalas
per allà.
I que hi hagi una cambra
de mar i de Sol, de perfums,



De selvas, raíces y bailes
De Luna y caricias
Solo para ti
Solo para ti

de selves, arrels i balls,
de lluna i carícies
Només per a tu.
Només per a tu.

2. Lectura

Las fronteras de la tragedia, d'Antonio Rubio:

<https://pastoralsj.org/las-fronteras-de-la-tragedia/>

El nou llit del Túria, construït després de la riuada que va arrasar València el 1957, marca el límit entre una ciutat en xoc i els pobles del sud, devastats per les pluges brutals del 2024. Les fotos aèries revelen una frontera entre la capital (seca, neta, com si no hagués passat res) i els municipis sepultats sota muntanyes de runa i un paisatge distòpic pintat amb el marró del fang. Com en aquelles velles històries dels avis.

Les fronteres són, precisament, el lloc on es pot evidenciar que «en tot estimar i servir» no és pas un mantra buit. Que quan se'ns interpel·la a ser «homes i dones per als altres» és necessari que algú respongui i estrenyi la mà estesa. Si les paraules no se sustenten amb fets es queden només en això: paraules...

Conscients de la frontera, amb milers de persones intentant sobreviure al drama i a la sensació d'abandonament, el nostre alumnat ha respost i s'ha posat en acció. Calien mans. Moltes mans. I es van sentir cridats. Poques hores després del desastre, el boca-orella es va traduir en una marea humana disposada a empaquetar i carregar garrafes d'aigua, cartrons de llet, conserves, bolquers, eines, mascaretes... Alguns, fins i tot, es van calçar les botes i es van fusionar amb la multitud que feia dies sencers que travessaven a peu un fangar quilomètric per transportar provisions i ajudar a reconstruir vides.

Els joves, tantes vegades titllats de generació de vidre, acusats de no tenir més inquietud que els vídeos de TikTok i criticats sota el prisma eteri i banal d'una suposada «cultura de l'esforç», ens han donat una lliçó de consciència, de compassió, de competència i de compromís. Quan se'ls ha necessitat han respost. Caminant d'un costat a l'altre de la frontera del Túria amb una pala a l'esquena, entre cases destruïdes i cotxes desballestats, o col·laborant amb l'escola, preparant caixes i carregant camions. Més en els fets que en les paraules. Mans joves i incansables que ens obliguen, malgrat el dolor per les víctimes, a pronunciar de tot cor, i sobretot, la paraula essencial del nostre vocabulari: **gràcies**.



Diverses persones retirant el fang acumulat en un carrer de la localitat valenciana de Paiporta. (Imatge de l'Agència EFE)



3. Lectura

Evangelí segons sant Joan 8,1-11:

En aquell temps Jesús es va retirar a la muntanya de les Oliveres i a trenc d'alba es va presentar de nou al temple, on la multitud se li acostava. Assegut entre ells, els ensenyava. Aleshores els escribes i fariseus li van portar una dona que havia estat sorpresa en el moment de cometre adulteri i, posant-la davant d'ell, li van dir:

—Mestre, aquesta dona ha estat sorpresa en flagrant adulteri. Moisès ens mana a la llei apedregar aquestes dones. I tu, què hi dius?

Li preguntaven això per parar-li una trampa i poder acusar-lo. Però Jesús es va ajupir i es va posar a escriure a terra amb el dit. Com que insistien en la seva pregunta, es va incorporar i els va dir:

—Aquell de vosaltres que no tingui pecat, que li tiri la primera pedra.

Es va tornar a ajupir i va continuar escrivint a terra. En sentir aquelles paraules, els acusadors s'anaren retirant l'un darrere l'altre, començant pels més vells. Jesús es va quedar sol i la dona encara era allà al mig. Jesús es posà dret i li va preguntar:

—Dona, on són els qui t'acusaven? Ningú no t'ha condemnat?

Ella li va respondre:

—Ningú, Senyor".

I Jesús li va dir:

—Jo tampoc no et condemno. Ves-te'n i d'ara endavant no pequis més.

Reflexió:

I nosaltres, què faríem davant d'aquesta dona?

16 de març

1. Cançó

Happy, de Pharrell Williams:

https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs

Mentre escoltes la cançó, pensa: què em fa feliç?

Pot semblar una bogeria el que estic a punt de dir.

El sol brilla, ella és aquí, pots fer una pausa.

Soc un globus aerostàtic que se'n podria anar a l'espai.

Amb l'aire, com si no m'importés res, noia, per cert.

Perquè soc feliç.

Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.

Perquè soc feliç.

Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.

Perquè soc feliç.

Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.

Perquè soc feliç.

Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.

Aquí venen males notícies, parlant d'això i d'allò.



Sí, bé, dona-m'ho tot i no et retinguis.
Sí, bé, probablement t'hauria d'advertir que estaré bé.
Sí, sense ànim d'ofendre't: no perdis el temps.
Vet aquí per què: perquè soc feliç.
Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.
(Feliç) em desanima.
Res (feliç) no em pot desanimar.
El meu nivell és massa alt (feliç) per desanimar-me.
Res (feliç) no em pot desanimar.
Vaig dir:
(Feliç, feliç, feliç) em desanima.
Res no em pot desanimar.
El meu nivell és massa alt (feliç) per desanimar-me.
Res no em pot desanimar.
Vaig dir: perquè soc feliç.
Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.
Perquè soc feliç.
Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.
(Feliç) no em pot fer caure.
Res (feliç) no em pot fer caure.
El meu nivell és massa alt (feliç) per fer-me caure.



Res (feliç) no em pot fer caure.
 Vaig dir: perquè soc feliç
 Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si et sents com una habitació sense sostre.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si sents que la felicitat és la veritat.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si saps què és la felicitat per a tu.
 Perquè soc feliç.
 Aplaudeix, si sents que això és el que vols fer.

2. Lectura

Cuaresma, camino hacia la alegría pascual, de David Cabrera:

<https://pastoralsj.org/cuaresma-camino-hacia-la-alegria-pascual/>

És costum veure la Quaresma com aquest temps una mica lúgubre en què ens hem de tancar a «depurar» la nostra humanitat i el nostre ésser cristià amb l'única finalitat de viure amb intensitat la Passió del Senyor i acostar-nos amb devoció a la Setmana Santa. Però no és del tot cert. La Quaresma és camí, però el seu final no és la Creu, sinó l'alegria de la Pasqua. Això ens obliga a canviar una mica la mirada d'aquests dies que transcorrem entre oracions, dejunis i almoines. És desert, per poder viure la plenitud de la presència d'un Déu que surt a cada racó per omplir-ho tot amb la seva alegria. És pujada, perquè tota meta demana una mica de patiment, d'esforç. És Jerusalem, perquè a la mort la segueix la vida, i no es tracta d'un punt i a part, sinó d'un punt i seguit. A qui? A Jesús, que dona la vida per nosaltres i que, amb etern amor, es lliura per salvar-nos a cadascú en la nostra situació i des de la seva realitat.

(...)

No es tracta de viure una Quaresma només retocant amb un cert «maquillatge cristià» l'exterior de la nostra vida. Hem de deixar que ens vagi calant la gràcia de Déu. El nostre cor ha d'amarar-se d'aquesta gràcia, d'aquest afecte a Jesús i al seu Regne, que ens arribarà en l'alegria de la Pasqua. Per això, la Quaresma té tot el seu sentit. Necessitem temps, silencis, espais... per deixar-nos impregnar per dins, per doldre'ns i afectar-nos per les coses de Déu, amb l'únic desig de traspasar el dolor i el sofriment de la passió per viure la Pasqua en plenitud.

La Quaresma és un temps preciós per afinar el nostre interior: ser més sensibles a la realitat que ens envolta, buscar-hi les petjades de Déu, que, com rajoles grogues, ens condueixen a la trobada, i deixar-nos abastar per la gràcia d'un Déu que vol per a nosaltres la felicitat i l'alegria. Encara que costi, encara que calgui recórrer camins de pujada i assumir moltes creus, la Quaresma val la pena.



3. Lectura

Evangelí segons sant Joan 13,1-15:

Abans de la festa de la Pasqua, sabent Jesús que havia arribat l'hora de passar d'aquest món al Pare, havent estimat els seus, que eren al món, els va estimar fins a l'extrem. Durant el sopar, quan el diable ja havia posat en el cor de Judes Iscariot, fill de Simó, la idea de trair-lo, Jesús, conscient que el Pare havia posat a les seves mans totes les coses i sabent que havia sortit de Déu i a Déu tornava, es va aixecar de taula, es va treure el mantell i, agafant una tovallola, se la va cenyir; després va abocar aigua en un gibrell i es va posar a rentar els peus als deixebles i a eixugar-los amb la tovallola que s'havia cenyit.

Quan arribà a Simó Pere, aquest li digué:

—Senyor, tu em vols rentar els peus?

Jesús li replicà:

—Això que estic fent tu no ho entens, ara, però ho comprendràs més tard.

Pere li digué:

—Tu no em rentaràs els peus mai.

Jesús li contestà:

—Si no et rento, no tindràs part amb mi.

Llavors li digué Simó Pere:

—En aquest cas, Senyor, no només els peus, sinó també les mans i el cap.

Jesús li digué:

—Qui s'ha banyat no necessita rentar-se més que els peus, perquè tot ell està net. I vosaltres esteu nets, encara que no tots. Com que sabia qui el trairia, per això digué: «No tots esteu nets».

Quan va acabar de rentar-los els peus, es va posar de nou el mantell, va tornar a la taula i els va dir: —Compreneu el que acabo de fer amb vosaltres? Vosaltres em dieu Mestre i Senyor, i dieu bé, perquè ho soc. Doncs si Jo, que soc el Mestre i el Senyor, us he rentat els peus, també vosaltres heu de rentar-vos els peus els uns als altres. Us he donat exemple, perquè el que Jo he fet amb vosaltres, també vosaltres ho feu.

Propòsit:

Avui procuraré ser servicial i ajudar qui ho necessiti

23/03

1. Cançó

Cuando nos volvamos a encontrar, de Carlos Vives:

<https://youtu.be/GeqmpqOtjNU?si=hLzBQY4xOSRN9Heb>

Hoy pagué las cuentas, arreglé
un poco el jardín.

Decoré con flores como te gustaba a ti.

De comer chatarra, ya dejé
y de ver la tele hasta dormir.

Dejé el cigarrillo, ya no me sabe el café
como a mí me gusta, solo a ti te queda bien.

Avui he pagat els comptes,
he arreglat una mica el jardí.

L'he decorat amb flors, com t'agradava a tu.

He deixat de menjar porqueries
i de mirar la tele fins a adormir-me.

Vaig deixar de fumar, el cafè ja no té el gust
com a mi m'agrada, només a tu, et queda bé.



Ya la bicicleta la arreglé
y por ti empecé a estudiar francés
Y traerá tu amor la primavera
i una vida nueva que aprender.
Nada volverá a ser como ayer.

Cuando nos volvamos a encontrar,
no dejaré de contemplar la madrugada,
no habrá más llanto regado sobre tu almohada,
no habrá mañana que no te quiera abrazar.

Cuando nos volvamos a encontrar,
ya no habrá tiempo para tristes despedidas,
no habrá un instante que no adore
de tu vida,
no habrá una tarde que no te pase a buscar.
Solo fui un malcriado que rompió
tu corazón
Tus buenos consejos ahora son mi religión
Las malas palabras me olvidé
Como voy a yoga, ya no tengo estrés
Y traerá tu amor la primavera
i una vida nueva que aprender.
Nada volverá a ser como ayer.

Cuando nos volvamos a encontrar,
no dejaré de contemplar la madrugada,
no habrá más llanto regado sobre tu almohada,
no habrá mañana que no te quiera abrazar.

Cuando nos volvamos a encontrar,
ya no habrá tiempo para tristes despedidas,
no habrá un instante que no adore
de tu vida,
no habrá una tarde que no te pase a buscar.

Cuando nos volvamos a encontrar,
no dejaré de contemplar la madrugada,
no habrá más llanto regado sobre
tu almohada,

Ja he arreglat la bicicleta
i per tu vaig començar a estudiar francés.
I portarà el teu amor la primavera,
i una vida nova per aprendre.
Res no tornarà a ser com ahir.

Quan ens tornem a trobar
no deixaré de contemplar la matinada,
no hi haurà més plor regat sobre el teu coixí,
no hi haurà matí que no et vulgui abraçar.

Quan ens tornem a trobar
ja no hi haurà temps per a comiats tristos,
no hi haurà un instant que no adori de la
teva vida,
no hi haurà una tarda que no et passi a buscar.
Només vaig ser un malcriat que et va trencar
el cor.
Els teus bons consells ara són la meva religió.
Les males paraules les he oblidades.
Com que vaig a ioga, ja no tinc estrés.
I portarà el teu amor la primavera,
i una vida nova per aprendre.
Res no tornarà a ser com ahir.

Quan ens tornem a trobar
no deixaré de contemplar la matinada,
no hi haurà més plor regat sobre el teu coixí,
no hi haurà matí que no et vulgui abraçar.

Quan ens tornem a trobar
ja no hi haurà temps per a comiats tristos,
no hi haurà un instant que no adori de la
teva vida,
no hi haurà una tarda que no et passi a buscar.

Quan ens tornem a trobar
no deixaré de contemplar la matinada,
no hi haurà més plor regat sobre
el teu coixí,



no habrá mañana que no te quiera
abrazar.

Cuando nos volvamos a encontrar,
ya no habrá tiempo para tristes despedidas,
no habrá un instante que no adore
de tu vida,
no habrá una tarde que no te pase a buscar.

Cuando nos volvamos a encontrar...
Ay, ay

Reflexió:

Quina és la frase que més t'ha cridat l'atenció? Per què?

2. Lectura

Biografia de Zahira Kamal

Zahira Kamal va néixer a Jerusalem l'any 1945. Va ser ministra amb l'Autoritat Nacional Palestina per als temes relacionats amb les dones. És una lluitadora activa en el camp dels drets de les dones i en les qüestions sobre la pau i la lluita palestina.

Es va graduar en Física a la universitat Ain Xams d'Egipte l'any 1968. Va ser activista amb el Front Democràtic per a l'Alliberament de Palestina i la fundadora de la Federació Palestina de l'Acció de Dones. Va participar com a membre assessora en la Conferència de Madrid. Des dels anys setanta ha estat a l'avantguarda del moviment de dones palestines.

Ella és una de les tres dones (juntament amb Hanan Ashrawi i Suad Amiry) de l'equip palestí que participava en les converses de pau d'Orient Mitjà.

L'any 2005 va ser una de les vuit dones palestines nominades al projecte de 1.000 dones del món per al premi Nobel de la Pau.

La vida sempre ofereix una oportunitat per celebrar.

30 de març

1. Cançó

Lo mejor está por llegar, d'El sueño de Morfeo:

https://youtu.be/5eZWxqcrTws?si=-Z7k2YJ_zA-OBnt

Puedo vértelo en los ojos,
entre guiños y sonrojos.
Puedo leerlo en tus manos
y cuando te muerdes el labio.
Puedo sentirlo cuando hablas
y en tu forma de caminar.

Puedo sentir en ti algo nuevo,
algo que te hace vibrar.
No dudes más.

T'ho puc veure als ulls,
entre picades d'ullet i rubors.
T'ho puc llegir-a les mans,
i quan et mossegues el llavi.
Puc sentir-ho quan parles
i en la teva manera de caminar.

Puc sentir en tu una cosa nova,
Una cosa que et fa vibrar.
No dubtis més.



Quédate, no mires atrás.
Lo mejor está por llegar.
Y vuela como un huracán
en busca de tu libertad.

Y sin dirección,
porque lo mejor está por llegar.
Y vuela como un huracán
en busca de tu libertad.
Y sin dirección,
porque lo mejor está por llegar.

Está por llegar.
Puedo verlo en tus gestos,
divertidos y traviesos.
Puedo leerlo en tu mirada,
soñadora y despistada.
No lo dudes más.
Quédate no mires atrás
Lo mejor está por llegar
Y vuela como un huracán
en busca de tu libertad.
Y sin dirección,
porque lo mejor está por llegar. (x4)

Queda't, no miris enrere.
El millor està per arribar.
I vola com un huracà
a la recerca de la teva llibertat.

I sense direcció,
perquè el millor està per arribar.
I vola com un huracà
a la recerca de la teva llibertat.
I sense direcció,
perquè el millor està per arribar.

Està per arribar.
Puc veure-ho en els teus gestos,
divertits i entremaliats.
Puc llegir-ho en la teva mirada,
somiadora i despistada.
No ho dubtis més.
Queda't, no miris enrere.
El millor està per arribar.
I vola com un huracà
a la recerca de la teva llibertat.
I sense direcció,
perquè el millor està per arribar. (x4).

Reflexió:

Quina és la frase que més t'ha cridat l'atenció? Per què?

2. Vídeo

Quan la vida et dona una segona oportunitat i aconseguixes ser feliç:

<https://youtu.be/EHNlyvxCZqk?si=-8aPvtAxz7X5cTet>

(Nota: el vídeo és molt extens, es pot posar només una part a l'aula)

3. Lectura

Mira les nostres mans

Senyor, mira les nostres mans
que volen construir
una societat més humana,
en què la vida de tothom sigui possible.
Mira les nostres mans,
que s'uneixen per crear confiança



i més solidaritat a tot el món,
on els homes treballen junts.
Mira les nostres mans,
que volen fer possible
un temps més creatiu,
que fomenti les relacions entre els joves
i ens faci créixer com a persones,
cada vegada més a prop de Jesucrist.
Senyor, som aquí, tots junts,
disposats a obrir els ulls cap als altres
amb el desig de fer-los arribar el teu Esperit.
Ell farà possible que els nostres pobles i barris,
tant a la feina com en el temps lliure,
aporten un lloc digne per a l'home,
que faci possible
unes relacions fraternals i justes entre tots.

Reflexió:

La vida sempre ens ofereix una nova oportunitat per celebrar.



ABRIL: Vida que desborda, vida que es converteix en celebració

Arriba la primavera i la vida es desborda. Un passeig pel camp ens permet veure l'exuberància de la natura i experimentar una autèntica celebració. Certament, la vida és un regal, un tresor. Aquest mes també celebrarem la Pasqua de Jesús: vida en abundància que compartim en comunitat i promesa de Vida per a tothom.

13 d'abril

1. Cançó

Sé feliz... *Es gratis*, de Rosana:

https://youtu.be/Wq85fOA0yqQ?si=n9_lxJKW99g4JEU2

Ser feliz, es gratis, sé feliz
Solamente tienes que sentir
Que tú podrás soñar
Y tu sueño se hará realidad
Agarra tu vida

Ser feliç és gratis, sigues feliç.
Només has de sentir
que tu podràs somiar.
I el teu somni es farà realitat.
Agafa la teva vida.

Vivir por vivir, volar por volar
Reír o llorar de felicidad tu verás
Si quieres llegar al final llegarás
Agarra tu vida, y tira

Viure per viure, volar per volar.
Riure o plorar de felicitat, tu veuràs.
Si vols arribar al final hi arribaràs.
Agafa la teva vida, i tira.

La vida irá poniendo todo en su lugar
No dudes, abre los ojos
Despierta y ponte a soñar
Ya verás que llegarás

La vida ho anirà posant tot al seu lloc.
No dubtis, obre els ulls.
Desperta i posa't a somiar.
Ja veuràs que hi arribaràs.

Sentir por sentir que puedes llegar
Solamente tienes que querer
Querer es poder, si quieres probar
Y ya verás, si lo intentas ya verás

Sentir per sentir que pots arribar.
Només has de voler.
Voler és poder, si ho vols provar.
I ja ho veuràs; si ho intentes, ja ho veuràs.

Tu verás, si quieres llegar
Al final llegarás
Agarra tu vida y tira
La vida irá

Tu veuràs, si hi vols arribar.
Al final hi arribaràs.
Agafa la teva vida i tira endavant.
La vida hi anirà.

Guarda los buenos recuerdos
Para los malos momentos
Y escucha, apúntate a la vida
A decir lo que sientes
A sentir lo que vales

Guarda els bons records
per als mals moments.
I escolta, apunta't a la vida.
A dir el que sents.
A sentir el que vals.



A soñar lo que quieres
Y a saber que te sobra
Con tener lo que tienes
Ser feliz es gratis
Sé feliz

A somiar el que vols.
I saber què et sobra
tenint el que tens.
Ser feliç és gratis.
Sigues feliç.

Tu verás, si quieres llegar
Al final llegarás
Agarra tu vida y tira
La vida irá

Tu veuràs, si hi vols arribar.
Al final hi arribaràs.
Agafa la teva vida i tira endavant.
La vida hi anirà.

Reflexió:

Quina és la frase que més t'ha cridat l'atenció? Per què?

2. Lectura

Celebra la vida d'una manera diferent.



La vida va molt de pressa, i gairebé mai ens aturem a valorar-la.

Entre l'escola, les responsabilitats i les preocupacions se'ns van escapant instants que probablement mai no tornaran.

Sempre anem a la saga d'alguna cosa i oblidem que el que és realment important ho podríem tenir al costat.

Ara bé, què et sembla si t'atures un moment per valorar les coses petites? O no només per valorar-les... què et sembla si fins i tot les agraeixes? Com podria canviar, això, la teva vida?

Hi ha diversos aspectes a la vida en els quals podries posar en pràctica la gratitud:

– **En l'àmbit personal:** crea una rutina cada dia; quan et llevis, o abans d'anar a dormir, agraeix tres coses de les quals hagis après, ja siguin petits èxits o moments o persones que t'hagin fet somriure.

– **En l'àmbit familiar:** amb la família, fes de l'agraïment un costum. Reuniu-vos per agrair, per recordar el que heu aconseguit plegats i els moments feliços que heu compartit.



3. Lectura

La mirada neta

Jesús, ensenya'm a tenir
una mirada neta com la teva.
Jo vull ser feliç.
Ensenya'm a voler que tothom sigui feliç,
perquè la meva felicitat seria molt curta i mesquina
si només la volgués per a mi i no per a tothom.
Ensenya'm a no pensar només
en els que són a prop meu,
ni només en els que em cauen bé.
Ensenya'm a estimar de veritat
als qui no són com jo,
als qui fan coses diferents
del que a mi m'agrada,
als que potser em resulten incòmodes.
Ensenya'm a no menystenir ningú,
sigui qui sigui i faci el que faci.
Ensenya'm a mirar tothom,
especialment als que tothom mira malament,
amb la teva mateixa mirada, amorosa i alliberadora.
Fes, Jesús, que jo sigui per a tothom
un signe estimulante del teu amor, i així convertir la vida en celebració.

20 d'abril

1. Cançó

Caminando, d'Amaia Montero:

https://www.youtube.com/watch?v=yR5jN_vLYgw

Aquesta cançó parla del fet de ser nosaltres mateixos a la vida, de caminar endavant, confiant i trobant-nos amb el destí. Els cristians podem canviar destí per Déu. Ell és el nostre company de camí, el que dona sentit a tot el que vivim i el que ens anima a no perdre el rumb.

Caminando por la vida
Me encontré con tu mirada
Y me dijo que eras tú
Esa es mi cruz
Doy mi palabra

Caminant per la vida,
em vaig trobar amb la teva mirada
i em va dir que eres tu.
Aquesta és la meva creu.
Dono la meva paraula.

Caminando por la vida
Renuncié a jugar mis cartas

Caminant per la vida,
Vaig renunciar a jugar les meves cartes.



Me perdió el corazón y ahora mi voz
es la que manda

Y ahora respira, mira hacia arriba
Queda camino por andar

Borra tus huellas, toma las riendas
Solo es cuestión de caminar

Caminando por la vida
Cantaré por el camino
Que en las penas y alegrías
Me encontré con el destino

Y él me dijo vida mía, lo mejor,
ser uno mismo
Es mirar hacia adelante
y no perder jamás el rumbo

Caminando por la vida
Comprendí que lo importante
No es saber lo que uno tiene
Es saber lo que uno vale

Que no es cierto esto que cuentan
Tanto tienes tanto vales
Que no importa cuanto caigas
Lo mas grande es levantarse

Y ahora respira , mira hacia arriba
Queda camino por andar
Borra tus huellas, toma las riendas
Solo es cuestión de caminar

Caminando por la vida
Cantaré por el camino
Que en las penas y alegrías
Me encontré con el destino

Y él me dijo vida mía, lo mejor,
ser uno mismo
Es mirar hacia adelante
y no perder jamás el rumbo

Em va perdre el cor i ara la meva veu
és la que mana.

I ara respira, mira cap amunt,
queda camí per recórrer.

Esborra les teves petjades, pren les regnes.
Només és qüestió de caminar.

Caminant per la vida,
cantaré pel camí
que en les penes i alegries
em vaig trobar el destí.

I ell em va dir: «Vida meva, el millor
és ser un mateix». és ser un mateix».
És mirar endavant
i no perdre mai el rumb.

Caminant per la vida,
vaig comprendre que el més important
no és saber tot el que tenim,
és saber tot el que valem.

Que no és cert això que expliquen:
«Digues-me el que tens i et diré el que vals».
Que no importa quantes vegades caiguis,
el més important és aixecar-se.

I ara respira, mira cap amunt,
queda camí per recórrer.
Esborra les teves petjades, pren les regnes.
Només és qüestió de caminar.

Caminant per la vida,
cantaré pel camí
que en les penes i alegries
em vaig trobar el destí.

I ell em va dir: «Vida meva, el millor
el millor és ser un mateix».
És mirar endavant
i no perdre mai el rumb.



Y ahora por ti , y ahora por mí
Y ahora por que venga
lo que tenga que venir
Y ahora que la suerte está conmigo
Que hoy decido mi camino
Yo te digo olvida todo
Lo que importa es ser feliz

Caminando por la vida
Cantaré por el camino
Que en las penas y alegrías
Me encontré con el destino

Y él me dijo "vida mía, lo mejor,
ser uno mismo
Es mirar hacia adelante
y no perder jamás el rumbo

Caminando por la vida
Cantaré por el camino
Que en las penas y alegrías
Me encontré con el destino

Y él me dijo vida mía, lo mejor,
ser uno mismo
Es mirar hacia adelante
y no perder jamás el rumbo

I ara per tu, i ara per mi.
I ara perquè vingui
el que hagi de venir.
I ara que la sort està amb mi,
que avui decideixo el meu camí,
jo et dic: «Oblida-ho tot,
el que importa és ser feliç».

Caminant per la vida,
cantaré pel camí
que en les penes i alegries
em vaig trobar amb el destí.

I ell em va dir: «Vida meva, el millor
és ser un mateix».
És mirar endavant
i no perdre mai el rumb.

Caminant per la vida,
cantaré pel camí
que en les penes i alegries
em vaig trobar el destí.

I ell em va dir: «Vida meva, el millor
és ser un mateix».
És mirar endavant
i no perdre mai el rumb.

Reflexió:

Et trobes amb Déu en el teu camí: en quines situacions de la teva vida el reconeixes?

2. Lectura

Quina és la teva actitud, a la vida? Construir o plantar?

Un text anònim de la tradició diu que cada persona, en la seva existència, pot tenir dues actituds: construir o plantar.

Els constructors poden trigar anys en les seves tasques, però un dia acaben el que estaven fent. Aleshores s'aturen i queden limitats per les seves pròpies parets. Per tant, la vida perd el sentit quan la construcció s'acaba.

D'altra banda, també hi ha els que planten. Aquests de vegades pateixen amb les tempestes i les estacions, i rarament descansen. Al contrari que un edifici, però, el jardí mai no para de créixer. I, alhora que exigeix l'atenció del jardiner, també permet que per a ell la vida sigui una gran aventura.

3. Lectura

Evangelí segons sant Mateu 28,8-15:

Les dones, impressionades i plenes d'alegria, van marxar del sepulcre de pressa i van córrer a anunciar-ho als deixebles. De sobte Jesús va sortir a trobar-les i els va dir: «Salve!». Elles s'hi



van acostar, es van abraçar als seus peus i es van prostrar davant d'ell.

Fortaleses de la dona seguidora de Jesucrist:

La primera a rebre l'home tendrament quan neix,

l'última a abandonar-lo quan mor,

la primera a il·luminar casa seva.

27 d'abril

1. Cançó:

Celebra la vida, d'Axel i David Bustamante:

<https://www.youtube.com/watch?v=2V3aGTmAm7E>

No sé si soñaba,
no sé si dormía,
y la voz de un ángel
dijo que te diga:
celebra la vida.

No sé si somiava,
no sé si dormia,
i la veu d'un àngel
va dir que et digués:
"Celebra la vida".

Piensa libremente,
ayuda a la gente,
y por lo que quieras
lucha y sé paciente.
Lleva poca carga,
a nada te aferres,
porque en éste mundo,
nada es para siempre.

Pensa lliurement,
ajuda la gent,
i per allò que vulguis
lluita i sigues pacient.
Porta poca càrrega,
no t'aferris a res,
perquè en aquest món
res és per sempre.

Búscate una estrella
que sea tu guía,
no hieras a nadie,
reparte alegría.

Busca't una estrella
que et faci de guia,
no fereixis ningú,
reparteix alegria.

Celebra la vida, celebra la vida,
que nada se guarda,
que todo te brinda.
Celebra la vida, celebra la vida,
segundo a segundo y todos los días.

Celebra la vida, celebra la vida,
que res no es guarda,
que tot t'ofereix.
Celebra la vida, celebra la vida,
segon a segon i cada dia.



Y si alguien te engaña
al decir «te quiero»,
pon más leña al fuego
y empieza de nuevo.

No dejes que caigan
tus sueños al suelo,
que mientras más amas,
más cerca está el cielo.

Grita contra el odio,
contra la mentira,
que la guerra es muerte,
y la paz es vida.

Celebra la vida, celebra la vida,
que nada se guarda,
que todo te brinda.

Celebra la vida, celebra la vida,
segundo a segundo.
No sé si soñaba,
no sé si dormía,
y la voz de un ángel
dijo que te diga:

celebra la vida, celebra la vida
y deja en la tierra tu mejor semilla.
Celebra la vida, celebra la vida,
que es mucho más bella cuando tú me miras.
Celebra la vida, celebra la vida.

I si algú t'enganya
quan et diu «T'estimo»,
posa més llenya al foc
i torna a començar.

No deixis que els teus somnis
caiguin a terra,
No deixis que els teus somnis
més a prop és el cel.

Crida contra l'odi,
contra la mentida,
que la guerra és mort
i la pau és vida.

Celebra la vida, celebra la vida,
que res no es guarda,
que tot t'ofereix.

Celebra la vida, celebra la vida,
segon a segon.
No sé si somiava,
no sé si dormia,
i la veu d'un àngel
va dir que et digués:

«Celebra la vida, celebra la vida
i deixa a la terra la teva millor llavor.
Celebra la vida, celebra la vida,
que és molt més bella quan tu em mires.
Celebra la vida, celebra la vida».



2. Lectura

Practicar el perdó

A un vell rabí que després de dos anys d'exili tornava a la seva ciutat natal li van fer aquesta pregunta:

—Per què heu trigat tant a tornar a Viena?

El rabí va respondre:

—Em vaig preguntar què podia fer encara per la humanitat abans de morir. I se'm va presentar una resposta molt clara: Elimina de la terra tot rastre del teu patiment.

Aleshores vaig recordar un rastre de sang oblidat sobre un pont de Viena. De petit, camí de l'escola, dos joves nazis em van llançar pedres i em van deixar sobre el meu propi bassal de sang. Avui al matí, abans que la ciutat es llevés, he tornat al pont. Hi he trobat el nen que vaig ser. Encara semblava que es protegia el cap amb les mans i plorava. L'he abraçat fort, li he fet un petó i li he dit:

—He vingut a buscar-te. Vine, anem, som lliures, tu i jo. Ara tot s'ha acomplert, tot patiment ha estat esborrat.

Reflexió:

- Reconeix les emocions que l'acompanyen, especialment la ira.
- Pregunta't: quina pèrdua he patit per aquesta ofensa?
- Troba un sentit a la teva ferida, un significat per a la teva vida diària...
- Recorda totes les persones que t'han estimat i perdonat.

3. Lectura

Oració

Feliç l'home que no segueix
el consell de l'egoista
ni es deixa dominar per la moda
o les lleis del mercat,
ni gasta la seva vida seguint els líders
que volen dominar els altres
i ser els primers!

Feliç qui s'alegra en l'amor del Senyor
i intenta fer la seva voluntat cada dia de la seva vida!
La seva vida és fèrtil,
com un arbre plantat vora el riu,
i les seves obres són fruits
que alimenten i donen forces renovades
a tothom qui se li acosta.



MAIG: Celebrar el día a día de la vida

Una carícia, una paraula amable, un somriure de complicitat... aquestes petites coses que passen tan desapercebudes però que fan la nostra vida més feliç i agradable. L'atenció als detalls i la capacitat de trobar bellesa en la senzillesa són valors molt presents en l'espiritualitat marista. Celebrar el que és quotidià conreem una actitud de gratitud i de meravella. Tinguem present Maria, mestra en el fet de tenir cura dels detalls i celebrar els fets quotidians.

04 de maig

1. Cançó

Por tantas cosas, d'Álex Ubago i Álvaro Soler:

<https://www.youtube.com/watch?v=H3B6Y5h9GVM>

Hoy he vuelto a ver su rostro
sonriendo al despertar
¡Cuánto amor brillando en sus ojos!
Recordando que es verdad
lo que capto en su mirar
Cuando vuelvo:
'aquí te espero' 'hasta pronto'
Oír su voz es un placer, sabiendo
que al anochechar charlaremos:
'¿Qué tal te fue en el trabajo?'
Y escuchando cada nota de cariño y amistad
Puedo sentir una canción en su abrazo

Y vuelvo a mirar, y veo crecer mi deuda
Con estos ángeles
Que han dedicado una vida entera
para poder crear Una luz en la oscuridad
Por tantas cosas, gracias una vez más
Gracias una vez más

Han visto pasar mi vida estando ahí
en cada momento
Han sabido hacer de mi un hombre
que se ha sentido siempre tan envuelto
en comprensión
Para contar lo que cualquier hijo esconde

Ni un consejo sin razón encuentro
en una colección
De mil momentos que quedarán ahí grabados
Prueba de un amor eterno,
que dará siempre alimento
A una vida que dos personas crearon

Avui he tornat a veure el seu rostre
somrient quan m'he llevat.
Quant d'amor brillant en els seus ulls!
Recordant que és veritat
el que copso en la seva mirada.
Quan torno:
«Aquí t'espero, fins aviat».
Sentir la seva veu és un plaer, sabent
que al vespre xerrarem:
«Com t'ha anat a la feina?».
I escoltant cada nota d'afecte i amistat
puc sentir una cançó en la seva abraçada.

I torno a mirar, i veig créixer el meu deute
amb aquests àngels
que han dedicat una vida sencera a poder
crear una llum en la foscor.
Per tantes coses, gràcies una vegada més.
Gràcies una vegada més.

Han vist passar la meva vida estant allà
cada moment.
Han sabut fer de mi un home,
que s'ha sentit sempre tan envoltat
que s'ha sentit sempre tan envoltat
Per explicar el que qualsevol fill amaga.

Ni un consell sense raó trobo
en una col·lecció
de mil moments que quedaran gravats allà,
prova d'un amor etern,
, que donarà sempre aliment
a una vida que dues persones van crear.



Y vuelvo a mirar, y veo crecer mi deuda
Con estos ángeles
Que han dedicado una vida entera
para poder crear, una luz en la oscuridad
Por tantas cosas, gracias una vez más
Gracias una vez más

I torno a mirar, i veig créixer el meu deute
amb aquests àngels
Que han dedicat una vida sencera
a poder crear una llum en la foscor.
Per tantes coses, gràcies una vegada més.
Gràcies una vegada més.

Y vuelvo a mirar, y veo crecer mi deuda
Con estos ángeles
Que han dedicado una vida entera
para poder crear, una luz en la oscuridad
Por tantas cosas, gracias una vez más
Gracias una vez más

I torno a mirar, i veig créixer el meu deute
amb aquests àngels
Que han dedicat una vida sencera
a poder crear una llum en la foscor.
Per tantes coses, gràcies una vegada més.
Gràcies una vegada més.

Reflexió:

Què destacaries de la lletra d'aquesta cançó? A qui la hi dedica, Àlex Ubago?

2. Lectura

Testimoni de la Fanny : història d'una mare lluitadora

Em dic Fanny, soc de Cajamarca i tinc tres fills: en Carlos (22), en Luis (20) i la Kiara (8). Vaig tenir el meu primer fill amb 17 anys. Els grans ja són adults i independents. Jo em dedico a la casa: rento roba, però ara també venc els meus propis teixits.

Vaig conèixer Aldeas Infantiles SOS Perú gràcies a una veïna. Un dia, en una reunió del got de llet, vam conèixer un facilitador de l'organització que ens va explicar que tenien un pla de treball per a nosaltres. Les veïnes vam acceptar el repte, ens vam ajuntar i vam organitzar vuit mares perquè també assistissin a les formacions. Els tallers consistien a teixir, a fer manualitats i a mantenir xerrades sobre criança. Ara venc els meus teixits en fires i també fora de casa als meus veïns i amigues.

Els tallers productius ens han ajudat a tenir una feina, però també ens han ensenyat a ser més responsables. A més, m'han ensenyat a parlar. Abans tenia por de parlar en públic, era molt tímida, pensava que se'n burlarien. Ara ja hi confio més i vull dirigir fins i tot a l'escola. Sento que ara puc més, em sento una líder amb les veïnes.

També he après sobre criança; abans a nosaltres ens criaven diferent. Ara sé que als nens no els hem de cridar ni pegar, com abans feien amb nosaltres. Jo amb els meus primers fills vaig cometre l'error de castigar-los, però ara amb els tallers he après que estava equivocada. Als nens no els hem de maltractar: n'hem d'estar pendents, escoltar-los, dir-los sempre que els estimem i corregir-los amb afecte i comprensió.

La meua vida no ha estat fàcil: de vegades em sentia sola perquè pensava que ningú m'escoltava ni em tenia en compte. Ara sé que sempre és bo escoltar algú que té problemes.

Els tallers ens han ajudat molt, perquè també ens han ensenyat quins són els nostres drets: em sento més empoderada. Sentir-me bé amb mi mateixa em permet estar bé amb tota la meua família. Ara soc diferent i als meus fills grans els dic que els temps d'abans s'han acabat. Ara soc una altra persona.

- Coneixes la tasca d'algunes ONG similars a aquesta d'Aldeas Infantiles? Informa-te'n.





3. Lectura

Evangelí segons san Joan 19,25-27

Vora la creu de Jesús hi havia la seva mare i la germana de la seva mare, Maria, esposa de Cleofàs, i Maria Magdalena. Quan Jesús va veure la seva mare i al costat d'ella el deixeble que ell s'estimava molt, va dir a la seva mare:

-Dona, aquí tens el teu fill.

Després va dir al deixeble:

-Aquí tens la teva mare.

Des d'aleshores, aquell deixeble la va acollir a casa seva.

Reflexió:

Maria va ser sempre present en els moments decisius de Jesús. No podia faltar als peus de la creu. Tots els patiments, esperances i dubtes que va viure davant el seu fill Jesús van culminar a ser present i propera al seu fill en els seus moments finals. I allà va acollir la promesa de continuar tenint fills, de continuar sent mare de molts, de tots els seguidors i seguidors de Jesús: la Bona Mare.

Per això continuem confiant en ella, la primera seguidora, la que comprèn, també i tan bé, les nostres aventures i les nostres recerques. A ella ens podem acollir, com Joan.

11 de maig

1. Cançó

Contigo, María, d'Athenas:

<https://www.youtube.com/watch?v=kkVtd-kam6A>

Quiero caminar contigo María
Pues tú eres mi madre eres mi guía
Tú eres para mi el más grande ejemplo
De santidad de humildad

Vull caminar amb tu, Maria,
perquè tu ets me mare, ets la meva guia.
Tu ets per a mi el més gran exemple
de santedat, d'humilitat.

Quiero caminar contigo María
No solo un momento todos los días
Necesito tu amor de madre
Tu intercesión ante el señor

Vull caminar amb tu, Maria,
no només un moment, sinó tots els dies.
Necessito el teu amor de mare,
la teva intercessió davant el Senyor.

Guía mis pasos llévame al cielo
Bajo tu manto no tengo miedo
Llena de gracia, ave María
Hoy yo te ofrezco toda mi vida

Guia els meus passos, porta'm al cel,
sota el teu mantell no tinc por.
Plena de gràcia, avemaria,
avui t'ofereixo tota la meva vida.

Quiero caminar contigo María
Madre en el dolor y en la alegría
Tú que fuiste fiel hasta el extremo
Fiel en la cruz, fiel a Jesús
Guía mis pasos llévame al cielo

Vull caminar amb tu, Maria,
mare en el dolor i en l'alegria.
Tu que vas ser fidel fins a l'extrem,
fidel en la creu, fidel a Jesús.
Guia els meus passos, porta'm al cel,



Bajo tu manto no tengo miedo
Llena de gracia, ave María
Hoy yo te ofrezco toda mi vida

sota el teu mantell no tinc por.
Plena de gràcia, avemaria,
avui t'ofereixo tota la meva vida.

Celestial princesa mírame con compasión
Hoy te doy mi alma, vida y corazón

Celestial princesa, mira'm amb compassió.
Avui et dono la meva ànima, vida i cor.

Guía mis pasos llévame al cielo
Bajo tu manto no tengo miedo
Llena de gracia, ave María
Hoy yo te ofrezco toda mi vida

Guia els meus passos, porta'm al cel
sota el teu mantell no tinc por.
Plena de gràcia, avemaria,
avui t'ofereixo tota la meva vida.

Guía mis pasos llévame al cielo
Bajo tu manto no tengo miedo
Llena de gracia, ave María
Hoy yo te ofrezco toda mi vida

Guia els meus passos, porta'm al cel,
sota el teu mantell no tinc por.
Plena de gràcia, avemaria,
avui t'ofereixo tota la meva vida.

Reflexió:

Què en destacaries, del que s'explica de Maria en aquesta cançó?

2. Lectura

Maria, una misión y una respuesta, de P. Jorge Loring

<https://es.catholic.net/op/articulos/3666/cat/301/maria-una-mision-y-una-respuesta.html>

La missió de Maria estava en el pensament de Déu des de sempre, des de tota l'eternitat.
[...]

Maria vivia a Natzaret, a Galilea. Els seus pares eren l'Anna i en Joaquim. La seva infantesa va transcórrer com la de qualsevol altra nena, no hi va haver cap fet espectacular. Durant els primers anys feia tot el que fa una nena.

Maria sempre escoltava els seus pares. Aprenia les coses de Déu a través d'ells. Sabia, perquè els seus pares li ho havien dit, que el Messies havia de venir per salvar els homes. Així ho havia promès Déu a Adam i Eva després del pecat original. Que vindria un home que venceria el pecat. Maria tenia molta fe, l'estava esperant, però el que no sabia era que Déu l'havia escollida a ella per ser la Mare del Messies. De jove va prendre la decisió de consagrar la seva vida a Déu, dedicar-se completament a Ell.

La missió de Maria estava en el pensament de Déu des de sempre, des de tota l'eternitat. Ell va escollir aquesta jove jueva que vivia a Natzaret, a Galilea, perquè fos la mare del seu fill. Va triar «una verge compromesa amb un home anomenat Josep, de la casa de David; el nom de la verge era Maria». (Lc 1,26-27).

3. Lectura

Maria Mare Nostra
Mare dels cansats,
emperadriu dels bolquers,
reina de les olles,
senyora de les escombres,



germana de tots els pobres,
porta del poble,
teixidora de valenties,
amiga de desconsolats,
consellera dels que lluiten,
humil dona animosa.
Mare de braços fermes,
companya de ruta,
tendresa de Déu en carn maternal,
sòcia de totes les penes,
amiga de mares solteres,
mare que deixa créixer,
dona de les dures costes,
Maria, mare de Jesús
i mare nostra.

18 de maig

1. Cançó

Escucha, María, de Kairoi:

<https://youtu.be/sKyOLUX4xi4?si=DD6rBfXniNvgtWMc> (amb la lletra inserida)

Reflexió:

Quina és la frase que més t'ha cridat l'atenció? Per què?

2. Lectura

https://www.eldiarioar.com/politica/ultimas-abuelas-plaza-mayo-organizan-nietos-to-man-relevo-bisnietos-preguntas_1_10817439.html

Les últimes Àvies de la Plaza de Mayo s'organitzen; els nets en prenen el relleu i els bes-nets fan preguntes

Estela de Carlotto i Buscarita Roa, les dues àvies en plena activitat, preparen la transició per continuar la recerca de 300 nets. Una lluita èpica que ha recuperat 133 identitats.

L'Estela Barnes de Carlotto, de 93 anys, presideix una nova reunió de la comissió directiva d'Àvies de la Plaza de Mayo. És una tarda càlida i assolellada al barri de San Cristóbal de Buenos Aires (Argentina). Faltan cinc dies perquè Javier Milei i Victoria Villarruel, dos negacionistes dels crims de la dictadura, assumeixin la presidència i la vicepresidència del país.

Secunda la reunió Buscarita Roa, vicepresidenta d'Àvies, xilena de 86 anys. Es reparteixen, al voltant d'una enorme taula, una dotzena de nets recuperats i col·laboradors, com ara la María Santa Cruz, la secretària administrativa, que s'hi va quedar.

Àvies de la Plaza de Mayo compta 133 recuperacions d'identitat de fills de desapareguts per l'última dictadura militar (1976-1983). Les primeres, les germanes Tatiana Ruarte Britos i Laura Jotar Britos, van ser localitzades el març de 1980, amb 6 i 2 anys d'edat. L'últim, Daniel Santucho Navajas, el passat 28 de juliol, amb 46. S'estima que uns 300 fills de desapareguts encara continuen amb la identitat robada.



De Carlotto i Roa són les úniques àvies en plena activitat dins l'organització. Totes dues van recuperar els seus respectius nets mitjançant exàmens d'ADN, amb intervenció judicial.

3. Lectura

<https://www.argentina.gob.ar/derechoshumanos/argentina-te-busca/abuelas-de-plaza-de-mayo>

Les àvies de la Plaza de Mayo

Les Àvies de Plaza de Mayo és una organització no governamental creada l'any 1977 amb l'objectiu de localitzar i restituir a les seves legítimes famílies tots els nens desapareguts durant l'última dictadura argentina.

El 24 de març de 1976 les Forces Armades van prendre el poder a l'Argentina mitjançant un cop d'estat. El règim militar, que es va autoanomenar «Procés de Reorganització Nacional», va fer desaparèixer 30.000 persones de totes les edats i condicions socials. Centenars de nadons van ser segrestats amb els seus pares o van néixer durant el captiveri de les mares embarassades.

A l'ESMA, Campo de Mayo, Pozo de Banfield i altres centres de detenció de la dictadura van funcionar veritables maternitats clandestines, fins i tot amb llistes de matrimonis «a l'espera» d'un naixement, i uns 500 fills de desapareguts van ser apropiats com a «botí de guerra» per les forces de repressió. Alguns nens van ser lliurats directament a famílies de militars; d'altres, abandonats en instituts com l'NN, i uns altres venuts. En tots els casos els van anul·lar la identitat i els van privar de viure amb les seves legítimes famílies, dels seus drets i de la seva llibertat.

Res ni ningú va aturar les Àvies de la Plaza de Mayo en la recerca dels fills dels seus fills. Tasques detectivesques s'alternaven amb visites diàries als jutjats de menors, orfenats i oficines públiques, alhora que investigaven les adopcions de l'època. També rebien les informacions que la societat els feia arribar sobre els seus possibles nets.

Les Àvies continuen buscant els seus nets, avui adults, però també els seus besnets (que, com els seus pares, veuen violat el dret a la identitat), i amb aquesta finalitat treballen els equips tècnics de la institució, a més de crear les condicions perquè mai més es repeteixi una violació tan terrible dels drets dels infants i exigir un càstig a tots els responsables d'aquests gravíssims delictes.

4. Lectura

Maria

Qui deu ser la dona

que va inspirar tants

bells poemes d'amor?

Li reten honor la música i la llum, el marbre, la paraula i el color.

Qui deu ser la dona que el rei

i el llaurador invoquen en el seu dolor?

El savi, l'ignorant,

el pobre i el Senyor,

el sant igual que el pecador.

Maria és aquesta dona

que des de sempre

el Senyor es va preparar,



per néixer com una flor,
en el jardí que enamorà Déu.
Qui deu ser la dona
radiant com el sol,
vestida de resplendor,
la lluna als seus peus,
el cel al voltant,
i àngels cantant-li el seu amor?
Qui deu ser la dona humil
que va viure en un petit taller,
estimant sense miracles,
vivint de la seva fe,
l'esposa sempre alegre de Josep?



25 de maig

1. Lectura

María de todas las mujeres, d'Almudena Colorado:

<https://pastoralsj.org/maria-te-todas-las-mujeres/>

«De Natzaret en pot sortir res de bo?», va dir algú a l'Evangeli. Però sí, va resultar que sí, que de Natzaret en van sortir moltes coses bones. Per exemple, un «sí» pronunciat per una dona anònima i que, a dia d'avui, encara ressona a la Història.

Em pregunto què devia bullir dins d'aquella jove en el moment de fer aquesta afirmació. Amb els seus dubtes, amb aquelles preguntes que ens explica l'Evangeli de l'Anunciació, amb aquell desconcert amb què afronta una petició per a la qual no se sentia ni digna ni capaç. El sí de Maria és el sí de la generositat i el desprendiment. Un sí que no es va quedar en el moment de pronunciar-lo, sinó que es va perpetuar en cadascuna de les tasques diàries: la de cuidadora, la d'educadora, la de consellera, la de missionera, la de protectora... Imagino les vegades que, asseguda a la llar on cuinava o mirant per la finestra, va pregar amb totes aquelles preguntes que guardava al cor sense entendre-les, esperant que algun dia tinguessin una resposta.

El sí de Maria és el de moltes dones que ho han donat tot perquè moltes d'altres (entre les quals m'incloc) puguem arribar fins on elles no van poder. Moltes mares i àvies que, conscientment o inconscientment, van aparcar les seves pròpies veus perquè nosaltres, les filles i netes, trobéssim la nostra i la féssim sonar ben fort. Mares i àvies que també guardaven moltes preguntes al cor sobre els nous temps que no entenien; sobre el futur dels seus fills; sobre un matrimoni que de vegades se'ls feia feixuc o sobre el sentit que tindria la rutina que a vegades les atrapava.

Avui busquem seguir la inspiració en dones polítiques, científiques, artistes, filòsofes, escriptores... Grans dones que són o han estat pioneres a trencar murs perquè nosaltres els puguem travessar. Però no ens descuidem de les que van optar per quedar-se a casa i es van oblidar de si mateixes per cuidar els seus. Les que no van fer cas del mal de cap que patien en aquell moment o van decidir no comprar-se la bossa que els agradava perquè a casa sortissin els comptes; les que cada dia portaven i recollien els fills de l'escola i que només gaudien de descans quan tothom ja s'havia ficat al llit.

Totes elles, i les seves tasques, van ser petits «sís» diaris que van fer possible que la salvació entrés de mica en mica a les llars. En elles hi veig, si m'ho permeteu, la meva besàvia,



les meves àvies, la meva mare o la meva sogra. I també un bocinet d'aquella Maria de Natza-
ret. Aquesta Maria que mai no va pensar en si mateixa, aquesta «Maria de totes les dones».



2. Cançó

Mater Dei, de Mirror Frequency:

https://www.youtube.com/watch?v=uU_SA7YADr0

Ha bajado un angel de la anunciación
Para decirte que eres cuenco de salvación
Perdido con mi cuz con temor
He encontrado vida en tu amor
¡Hoy!
Veo tú luz brillar
Y ella me va iluminar
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis
Audi et sana dolorem nostrum in eternum
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis
Audi et sana dolorem nostrum in eternum
Mater Dei
Audi nos
Mater Dei
Audi nos
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis
Audi et sana dolorem nostrum in eternum
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis
Audi et sana dolorem nostrum in eternum

Ha baixat un àngel de l'Anunciació
per dir-te que ets recipient de salvació.
Perdut amb el meu cosí amb por
he trobat vida en el teu amor.
¡Hoy!
Veig la teva llum brillar
i ella m'il·luminarà.
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis.
Escolta i guareix el nostre dolor per sempre.
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis.
Mater Dei
Escolta'ns.
Mater Dei
Escolta'ns.
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis.
Escolta i guareix el nostre dolor per sempre.
Mater Dei, Mater immaculatae conceptionis.
Escolta i guareix el nostre dolor per sempre.



3. Reflexió

Maria: exemple de resiliència, coratge i fe davant les adversitats

Els joves passen per molts desafiaments, com ara la incertesa sobre el seu futur, la pressió social, les dificultats familiars o els conflictes interns a l'entorn de la seva identitat i propòsit. Maria pot ser presentada com una dona forta, que, tot i ser jove i vulnerable, va acceptar amb valentia una missió que canviaria el curs de la història.

- Com podem ser valents per afrontar les dificultats?
- Com podem mantenir la fe i l'esperança en temps difícils?



4. Lectura

Maria

Nena amb el món a l'ànima.
Subtil, discreta, oient,
capaç d'assumir riscos.
Nena de l'espera,
que afronta la batalla
i venç la por.
Senyora del Magnificat,
que canta la grandesa
vetllada en les petites coses.
I molt aviat, Mare.
Llar dels primers ensenyaments,
deixebia del fill fet Mestre.



Valent en la tempesta,
amb ell crucificada
obrint-te al Misteri.
Refugi dels pobres
que mostren, indefensos,
el seu desconsol
quan fa mal la vida,
quan manca el suport.
Encara avui continues parlant,
travessant el temps
mostrant-nos el camí
que torna cada Faci's
en un nou començament.



JUNY: Agrair el que hem viscut per celebrar-ho

Celebrem la vida MARISTA, en majúscules, reconeixent tot el que se'ns ha regalat a través de la Institució, de tants germans i laics maristes que ho han donat tot i continuen fent-ho... Que afortunats que ens sentim, per això! Donem gràcies a Déu i ens sentim agraïts pel fet de poder viure una vida plena i autèntica. I en aquest curs que anem tancant, per què donem gràcies?

1 de juny

1. Lectura

Oració

Senyor,

Avui us donem gràcies pel regal de la vida, per aquest dia que ens permeteu de viure.

Gràcies pels Germans Maristes i pels laics que han sembrat en nosaltres la fe, l'esperança i l'amor, i que amb el seu exemple ens ensenyen a viure plenament com a deixebles de Jesús.

En aquest mes de celebració volem recordar el que ens has regalat a través d'aquesta Institució.

Gràcies per l'oportunitat de formar part d'aquesta família marista i per cada persona que ens acompanya en el camí.

Et demanem que ens ajudis a ser agraïts, a reconèixer la teva presència en tot allò que ens envolta i a viure amb autenticitat i plenitud, sent instruments de la teva pau i amor.

Amén.

2. Cançó

Tu serás hoy Champagnat, de Kairoi

<https://www.youtube.com/watch?v=rtImmjQb6Ek>

Esta historia que todos amamos,
no es recuerdo, es hoy realidad;
en ti, en mí está su amor,
que nos hace caminar.
Has de ser un hermano de todos,
sembrador de Evangelio y de paz,
testigo fiel y servidor, solidario
y defensor de la verdad.
Vive en tu corazón lo que Él soñó,
haz que brote de ti nueva ilusión,
Marcelino hoy está en tu respuesta de amor,
canta al ritmo de Dios como hizo Él
y en María tendrás seguridad,
Marcelino vive en ti,
tú serás hoy Champagnat.
No preguntes ni dónde, ni cuándo,
tu respuesta no puede esperar,
Jesús también te llama a ti, al amor universal,

Aquesta història que tots estimem,
no és record, avui és realitat;
en tu, en mi hi ha el seu amor,
que ens fa caminar.
Has de ser un germà de tothom,
sembrador d'Evangelí i de pau,
testimoni fidel i servidor, solidari
i defensor de la veritat.
Viu en el teu cor el que Ell va somiar,
fes que brolli de tu nova il·lusió,
Marcel·lí avui és en la teva resposta d'amor,
canta al ritme de Déu com va fer Ell
i en Maria tindràs seguretat,
Marcel·lí viu en tu,
tu seràs avui Champagnat.
No preguntis ni on, ni quan,
la teva resposta no pot esperar,
Jesús també et crida a tu, a l'amor universal,



sólo Dios romperá tus cadenas,
sólo en 'El hallarás libertad,
serás feliz si tú te das,
te hará fuerte siempre en la dificultad.

només Déu trencarà les teves cadenes,
només en Ell trobaràs llibertat,
seràs feliç si et dones,
et farà fort sempre en la dificultat.

3. Lectura

Oració

Estimat amic Jesús, que vas néixer en una família;
et preguem que atenguis les nostres oracions
i ens ensenyis com viure en la nostra.
En Marcel·lí veiem el nen i el jove que aprenia de tothom,
que al costat dels seus pares va aprendre a confiar en Tu i en Maria.
Ajuda'ns a escoltar tothom, amb una confiança infinita,
dona'ns la teva força perquè a casa i a l'escola brillin l'alegria i l'afecte.
Així ens ho ha dit Marcel·lí, i el volem imitar.
Amén
Gràcies, Marcel·lí, per haver dit que sí.

8 de juny

1. Lectura

Oració

Avui em rendeixó a donar-te les gràcies.
Gràcies per mostrar-me que el nostre tot ets Tu.
Tu sostenint-nos en el sofriment
i cridant-nos constantment
a la reconciliació.
Tu senzill i quotidià,

i no per això menys lliurat.
Sempre Tu,
fins als racons més foscos del meu propi
engany.
Gràcies per entrar a avivar les brases,
fins i tot quan estic a porta tancada.





Activitat

Escrivim, en una nota personal, qui ha estat el nostre suport quan hem viscut moments foscos.

2. Vídeo

Un experiment de gratitud:

<https://www.youtube.com/watch?v=oHv6vTKD6lg>

3. Cançó:

Eso que tú me das, de Jarabe de Palo:

<https://www.youtube.com/watch?v=hE6CsyWv8Zs>

Eso que tú me das	Això que em dones
Es mucho más de lo que pido	És molt més del que demano.
Todo lo que me das	Tot el que em dones
Es lo que ahora necesito	és el que ara necessito.
Eso que tú me das	Això que em dones
No creo lo tenga merecido	no crec que m'ho mereixi.
Todo lo que me das	Tot el que em dones
Te estaré siempre agradecido	t'estaré sempre agraït.
Así que gracias por estar	Així doncs, gràcies per ser aquí,
Por tu amistad y tu compañía	per la teva amistat i la companyia.
Eres lo, lo mejor que me ha dado la vida	Ets el millor que m'ha donat la vida.
Por todo lo que recibí	Per tot el que vaig rebre
Estar aquí vale la pena	val la pena ser aquí.
Gracias a ti seguí	Gràcies a tu vaig continuar
Remando contra la marea	remant contra corrent.
Con todo lo que recibí	Amb tot el que he rebut,
Ahora sé que no estoy solo	ara sé que no estic sol.
Ahora te tengo a ti	Ara et tinc a tu,
Amigo mío, mi tesoro	amic meu, el meu tresor.
Así que gracias por estar	Així doncs, gràcies per ser-hi,
Por tu amistad y tu compañía	per la teva amistat i la companyia.
Eres lo, lo mejor	Ets el, el millor
que me ha dado la vida	que m'ha donat la vida.
Todo te lo voy a dar	T'ho donaré tot,
Por tu calidad, por tu alegría	per la teva qualitat, per la teva alegria.
Me ayudaste a remontar	Em vas ajudar a remuntar,
A superarme día a día	a superar-me dia a dia.
Todo te lo voy a dar	T'ho donaré tot,
Fuiste mi mejor medicina	vas ser la meva millor medicina.
Todo te lo daré	T'ho donaré tot,
Sea lo que sea, lo que pidas	sigui el que sigui, el que demanis.
Y eso que tú me das	I això que em dones
Es mucho más	és molt més,



Es mucho más
De lo que nunca te he pedido
Todo lo que me das
Es mucho más
Es mucho más
De lo que nunca he merecido
Eso que tú me das
Eso que tú me das

és molt més,
del que mai t'he demanat.
Tot el que em dones
és molt més,
és molt més,
del que mai no he merescut.
és molt més,
és molt més,

Reflexió:

L'amistat, aquest tresor tan preuat, la família, la parella... Quan en gaudim en profunditat, sentim que la vida és més plena. S'il·lumina. I, generalment, la percepció és que l'altre et dona molt més del que tu podries retornar. És el segell de l'amor veritable: la gratuïtat. A quantes persones dedicaries aquesta cançó?

15 de juny

1. Lectura

Oració

Gràcies, Senyor, per fer-nos capaços d'escoltar.

Per poder acollir una altra vida sense adulterar-la i agrair amb sorpresa allò que se'ns confia.

Sense opinions prematures,
sense valoracions maldestres.

Gràcies per fer-nos capaços
de mantenir-nos drets
davant la tendresa i la innocència d'un altre
quan se'ns mostra sense embuts.

I per fer-nos brollar del més profund
els desitjos més sincers del seu bé amb esperança.

Sense segones intencions,
sense voler treure'n profit,
sense pretendre canviar el que no podem,
sense prometre falses respostes immediates,
sense aparentar saber el que no sabem,
sense voler sortir corrents.

Quin regal, l'escolta.

Intuir el que passa i sentir-ho ben endins.

Agrair des de fora tot el que tantes vegades

un mateix des de dins no pot reconèixer.

El teu pas que tot ho amara
sense envair res.

I saber-se de sobte ja part d'una altra vida
sense que res seu et pertanyi.

Compartir amb valentia una mica de la
seva mort i descobrir inesperadament tanta vida.

Gràcies, Senyor, per fer-nos capaços d'escoltar.





2. Cançó

Te debo una canción, de Shinova:

<https://www.youtube.com/watch?v=Xs92UGaM9LQ>

Últimamente pienso demasiado
En todo lo que tengo, en todo lo que he dejado
En lo bueno, en lo malo
Y cuestiono lo que creo
hasta que alguien cree en mí
Se evapora el desconcierto
Últimamente pienso demasiado en mi padre
y en todo ese tiempo que nos ha faltado
En mi madre y su ejemplo
de roca contra el viento
He sido complicado desde el nacimiento
Últimamente pienso en el primer amor
Lo mágico que fue y lo poco que duró

No olvido que te debo una canción
Te debo una canción
Gracias por tanto
Por la risa y el llanto
Gracias por ser parte de mí
Gracias por tanto
Por dulce o por amargo
Gracias por ser parte de mí
Por ser parte de mí
Últimamente pienso demasiado
En lo libre que me siento
cuando piso un escenario
Y el barro tragado está justificado
Con la lágrima que nace
en el eco del aplauso
Últimamente pienso en ti
Cuántas metáforas y rodeos
Con lo sencillo que es decir
Que si algo tengo claro
es que, sin duda, te quiero
Últimamente pienso en esa gente
En el apuro, siempre presentes

No olvido que os debo una canción
Os debo una canción
Gracias por tanto
Por la risa y el llanto
Gracias por ser parte de mí
Gracias por tanto

Últimament penso massa
en tot el que tinc, en tot el que he deixat,
en el que és bo, en el que és dolent.
I qüestiono el que crec
fins que algú creu en mi
i s'evapora el desconcert.
Últimament penso massa en el meu pare
i en tot aquest temps que ens ha faltat.
En la meva mare i el seu exemple
de roca contra el vent.
He estat complicat des del naixement.
Darrerament penso en el primer amor,
En com de màgic va ser i el poc temps que
va durar.

No oblidó que et dec una cançó.
Et dec una cançó.
Gràcies per tant,
pel riure i el plor.
Gràcies per formar part de mi.
Gràcies per tant,
per dolç o per amarg.
Gràcies per formar part de mi.
Per ser part de mi.

Últimament penso massa
en com de lliure em sento
quan trepitjo un escenari
i el fang engolit està justificat
amb la llàgrima que neix
de l'eco de l'aplaudiment.
Darrerament penso en tu,
quantes metàfores i circumloquis
i com és de senzill dir
que si alguna cosa tinc clara
és que, sens dubte, t'estimo.
Últimament penso en aquella gent,
en l'atzucac, sempre presents.

No oblidó que us dec una cançó.
Us dec una cançó.
Gràcies per tant,
pel riure i el plor.
Gràcies per formar part de mi.
Gràcies per tant,



Por dulce o por amargo
Gracias por ser parte de mí
Por ser parte de mí
Últimamente pienso demasiado
en lo pronto que te fuiste
y lo que te hemos recordado.
Amigo, te debo una canción.
No olvido, no, te debo una canción.
Gracias por tanto,
por la risa y el llanto.
Gracias por ser parte de mí.
Gracias por tanto,
por dulce o por amargo.
Gracias por ser parte de mí.
Por ser parte de mí.

per dolç o per amarg.
Gràcies per formar part de mi.
Per ser part de mi.
Últimament penso massa
en que aviat que te'n vas anar
i en com et recordem.
Amic, et dec una cançó.
No me n'oblido, no, que et dec una cançó.
Gràcies per tant,
pel riure i el plor
Gràcies per ser part de mi.
Gràcies per tant,
per la dolçor i l'amargor.
Gràcies per ser part de mi.
Per ser part de mi.

3. Lectura

Enseñar al que no sabe, de Pepe Castillo:

<https://pastoralsj.org/ensenar-al-que-no-sabe/>

Com sant Pau en la seva Carta als Corintis, puc afirmar: «Quan jo era infant parlava com un infant, pensava com un infant, raonava com un infant».

Al llarg de la vida són molts els ensenyaments que he rebut. Tantes coses per les quals he de donar gràcies:

- Dono les gràcies a tots aquells que al llarg de la vida m'han ensenyat que no som sense els altres, que tenir en compte l'altre és essencial en l'educació.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van ensenyar que caminar descalç em connecta a la terra, em connecta a la vida, m'ajuda a reconèixer els llocs com a sagrats.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van ensenyar que la vida no és un lloc de competició, sinó que és un lloc per compartir allò que som.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van ensenyar que donar sense rebre res a canvi és la resposta més gran d'amor que es pot donar.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van ensenyar que el cos és temple, és lloc sagrat, i que cal cuidar-lo i respectar-lo.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van presentar Jesús. Que esdevé la meva passió, el meu amor, la meva vida.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que s'arrisquen, sense por, confiant. Són mestres per a aquells que pretenem tenir-ho tot lligat, controlat.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que em van mostrar que la veritable amistat brota en tocar el costat del Senyor, en tocar la ferida, la feblesa, en desprendre'ns de màscares i mostrar-nos tal com som, sense por.
- Dono les gràcies al Déu de la vida per aquells que m'ensenyen que l'èxit no es mesura pels títols, el reconeixement o els diners, sinó per la capacitat de lliurament i despreniment.
- Dono les gràcies perquè els últims, els que viuen a les perifèries, els que la societat deixa fora... es converteixen en mestres de vida, em van ensenyar què és l'amor, la gratuïtat,



l'amistat sense reserves. Ells han estat misericordiosos amb mi, pacients, i el Senyor es fa present en la meua vida a través d'ells.

Tant de bo se'ns concedeixi el do de continuar sent com nens, per estar atents i poder sorprendre'ns quan els que pensem que no ens poden ensenyar res són els veritables mestres de vida.

Tant de bo no visquem distrets per poder apreciar i agrair que és el mateix Déu qui ens acompanya al llarg d'aquesta vida com a company d'«Emmaús».



4. Reflexió

Al final d'aquest viatge, pensa en un moment que t'hagi donat força, que t'hagi fet créixer o que t'hagi omplert d'esperança. Donem gràcies per això, perquè cada pas ens ha fet més forts i savis. Gràcies per aquests moments que ens han ensenyat, que ens han fet més forts i que ens han donat raons per tirar endavant.

- Quin és el moment o experiència d'aquest any pel qual et sents més agraït o agraïda, i per què?
- Quin aprenentatge d'aquest curs t'ha ajudat a ser més bona persona o a veure la vida d'una manera diferent?
- Si poguessis donar les gràcies per alguna cosa que no esperaves, què seria, i per què?