

**DELEGACIÓ EPISCOPAL DE PASTORAL
FAMILIAR DEL BISBAT DE GIRONA**

SETMANA SANTA

2020

43

**COM VIURE L'AMOR EN TEMPS DE
CONFINAMENT**

FENT CAMÍ CAP A LA PASQUA

1

DILLUNS

DE SETMANA SANTA

PROPOSTES PER MEDITAR, FER EXPERIÈNCIA I ASSIMILAR EL TEMA 43 SOBRE L'AMOR (NIVELL DE CALIBRATGE 500)

Amb el text del tema 43 davant, podeu seguir les pautes que a continuació pretenen ajudar a fer experiència subjectiva d'estimar els que tenim al costat nostra en aquest temps de confinament a casa.

Qui vulgui apuntar-se a aquest exercici, podem ajudar a elevar el nivell de consciència del nostre món que pateix, si elevem el nostre nivell de consciència personal, fent actes senzills, petits, humils d'amor concret amb els que tenim vora nostra i a través de les xarxes socials amb tothom que sigui de confiança i que estigui receptiu a la mateixa proposta. Des de l'Equip de Pastoral Familiar de la Diòcesi de Girona, us fem aquesta proposta.

Després cadascú en fa l'ús lliure.

Cada dia d'aquesta setmana santa, rebreu una proposta senzilla com aquesta. Si algú no vol rebre-la, basta que ho comuniqui a la M^a Àngels i Josep M^a.

Teniu total llibertat per compartir aquesta proposta amb familiars, amics, amigues que els pugui interessar.

1. L'AMOR ÉS UNA FORMA DE SER, UN ESTAT DE SER.

1. **Què m'impedeix estimar ara i aquí, avui?** Estar centrat en el jo personal.
2. **Què em centre en el jo personal, ara, aquí, en aquest moment?** Els posicionaments de l'ego, és a dir, del meu patró de conducta.
3. **Tinc la intenció, prenc la decisió, activo la voluntat de convertir-me en AMOR?**

2. L'AMOR ENS ALLIBERA, ENS CONVERTEIX, ENS SANA I SANA EL NOSTRE MÓN MALALT D'AMOR.

1. **Silenciar la ment de tota expectativa.** Com a acte petit d'amor, em proposo silenciar expectatives sobre els de casa. Hi renuncio. Les entrego. En faig petites experiències.
2. **Clau de l'Amor és el perdó.** De què m'he de perdonar a mi mateix-a avui? A quí decideixo lliurar del meu ressentiment, enuig, ràbia, odi, sense que no se n'assabenti?
3. **L'Amor emana del cor.** Aquesta ni, en anar a dormir dono gràcies per l'Amor que m'ha envoltat tot el dia. Gràcies de l'Amor que he donat. Gràcies a Déu Pare perquè em mira, em cuida, em té en compte, em sosté per totes bandes.

PREGÀRIA

T'ofereixo, Senyor, els meus petits actes d'Amor d'avui. Te'ls entrego perquè puguin servir per a tanta gent que sofreix a tot el món. Uneixo la meva petita aportació d'amor al de totes les persones de l'Equip de Pastoral Familiar del Bisbat de Girona per fer créixer el nivell de consciència de l'AMOR amb el que TU ens estimes, bo i fent camí cap a la Pasqua.