

**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

2

DIMARTS

DE SETMANA SANTA

"Mitjançant el teu Amor, la Divinitat flueix, i quan estimes algú, irradies Divinitat a aquesta persona.
L'Amor és la Presència de Déu. Déu i l'Amor són el mateix. Per tant, quan estimes algú, portes Déu a la seva vida"
Dr. Hawkins

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, sàpiga que l'objectiu és 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 estigui receptiu a la mateix proposta, l'Amor ens purifica a nosaltres i junts ajudem a purificar el món. 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. Si algú no vol rebre-la, basta que ho comuniqui a la M^a Angels i Josep M^a. Teniu total llibertat per compartir aquesta proposta amb familiars, amics, amigues que els pugui interessar.

3

L'AMOR: META ESPIRITUAL QUATRE PROPOSTES PER PRACTICAR LA VOLUNTAT DE CONVERTIR-ME EN AMOR. QUINA TRIO PRACTICAR AQUEST DIMARTS SANT?

1. Quin és el medi més eficaç de purificació espiritual? Centrar-se en l'Amor.

Avui concentro la intenció, la decisió i la voluntat a estimar als del meu voltant, els de casa, amb petits detalls. Prenc la decisió de ser bondados, compassiu, respectuós amb "Tot el que és", sense excepció. Aprofito cada situació, contradicció, fricció, desavinença, discrepància, amb actitud humil d'escoltar, acollir, no jutjar, no reaccionar com sempre ho sol fer l'ego, i acceptar allò que m'arriba, sigui de qui sigui. "Senyor, et dono prioritat a Tu, el meu SER d'Amor, no a l'ego".

2. Em concentro en l'Amor que ho inclou tot, sense fer judicis que generen dualitat. Em pregunto per a què estimo? Com crec que estimo? Què n'espero de l'altre-a? Quines condicions-expectatives inconscients se'm filtren? Quan me n'adono, deixo anar tot el que és ego. "Senyor, t'entrego tota reacció que em manté en el judici i en la dualitat, fora del teu Amor".

3. Em repeteixo tot el dia el principi: "Déu, l'Univers respon sempre a l'Amor". Activo la qualitat de l'Amor fent petits actes de confiança i de fe, encara que tot segueixi igual i sembli que res no canvia. "Senyor, t'entrego la por, la desconfiança, les expectatives que l'ego em filtra fent-me creure que venen del SER".

4. En anar a dormir, agraeixo a Déu l'Amor que avui he donat i he rebut. "Senyor, gràcies especials pels missatgers i llurs missatges que no han agradat a l'ego, i en canvi em permeten confiar que tot és Amor teu. Senyor, accepto tot el no-amor que he donat o he rebut. Renuncio entretenir-m'hi fent judicis. T'ho entrego tot a Tu, sabent que ens mires i ens cuides a tots amb el teu immens Amor".

PREGÀRIA

Gràcies, Senyor per cada persona, per cada esdeveniment que avui m'ha donat l'oportunitat de centrar-me en l'Amor. T'entrego totes les oportunitats que avui no he sabut aprofitar per la meua purificació espiritual. T'entrego totes les que he aprofitat per estimar i estimar-Te.

T'entrego tot judici, tant de les que sí com de les no he aprofitat.

SENYOR, BENEIX A CADA PERSONA DE CASA

(nombre-les una per una i de cada una...)

GRÀCIES, SENYOR PER LA QUALITAT POSITIVA ... DE...