

ESTONA AMB TU

Estiu 2019

Estructura	Cada dia té un tema a desenvolupar, i es treballa des de la interioritat i l'espiritualitat cristiana.
Activitats	Per cada activitat es donen tres opcions als alumnes per realitzar: • La primera és seguir el llibret i anar anotant allà la seva reflexió. • Una segona proposta seria des d'una actitud de contemplació, on reflexionar el tema proposat a través de la respiració, postura i el silenci. • La tercera opció és realitzar alguna activitat que ajudi a aprofundir el tema a través d'una activitat creativa.
Temps aproximat	L'activitat es realitza al final del dia, i es fa l'explicació als alumnes de l'activitat i es deixa a cada un el temps que necessiten, es demana que quan vaguin acabant deixin la sala en silenci, respectant a les persones que volen estar més estona.
Decoració de l'espai	La decoració pot facilitar el fet de crear un espai de recollida, de tranquil·litat, es pot col·locar al centre de la sala unes espelmes enceses, encens, i algun altre símbol que ajudi a la reflexió.
Ambientació	Durant l'exercici deixar música tranquil·la de fons per afavorir el temps de reflexió i silenci. A Spotify hi trobareu un llistat amb música tranquil·la per posar durant aquesta estona: http://ow.ly/dlge30kswz2
Lloc	Es pot realitzar l'activitat a una sala o també fora, sempre que sigui un lloc on no hi hagi moltes interrupcions.

CONTINGUTS

Dia	Títol	valors	Tema	texts	Mindfulness	Creativitat
1	Escanejant la vida	Veritat	Com estem?	Roda de la vida Així et parla Déu	Respirar les dimensions i veure quin sentiment em provoca	Pintar un mandala
2	El vídeo de la teva vida	Educació	Repàs del viscut	Fotogrames Petjades a la sora Mat 28, 20	Deixar que les imatges del passat i contemplar-les.	Fotogrames i dibuixar la vida
3	Qui sóc?	Libertat	Qui sóc jo?	Mascara part externa i interna. Salm 138 qui se sap conegut per déu	Respirar l'alfabet	Mascara
4	L'amistat, un tresor!	Amor	Relacions amb els altres	Vull Un manament nou	Mosca	Papers seda i xarol
5	Eucaristia	Responsabilitat	Pors			Scratch paper
6	T'atreveixes a somiar?	Pau	Un món millor	Cant: Sopa de cabra Deixar-nos somiar	Cuenco que acull el que és nou	Collage amb revistes amb el nom en el centre.
7	Diguem-nos coses boniques	Entusiasme	Visió positiva	Diguem-nos coses boniques Del negatiu al positiu	Mantra	Peça de fusta en forma de cor
8	Estrelles i estels	Compromís	Quin tipus de persona vull ser. Concrecions pel curs vivent.	Estrella i estel Si no els estimés 1Cor 13 l'amor és	Com compartir aquelles qualitats que tu tens amb les persones del teu entorn.	Plastilina

Escanejant la vida

Valor de la veritat

Objectius	• Fer una aturada i reflexionar sobre la nostra vida però de manera detallada, no de forma genèrica. • Adonar-nos quins són els aspectes que em cal tenir-hi més cura. • Descobrir que Jesús està al costat estimant-nos a cada moment.
Material	• Imprimir mandales en fulls A4 • Llapisses de colors

Explicació

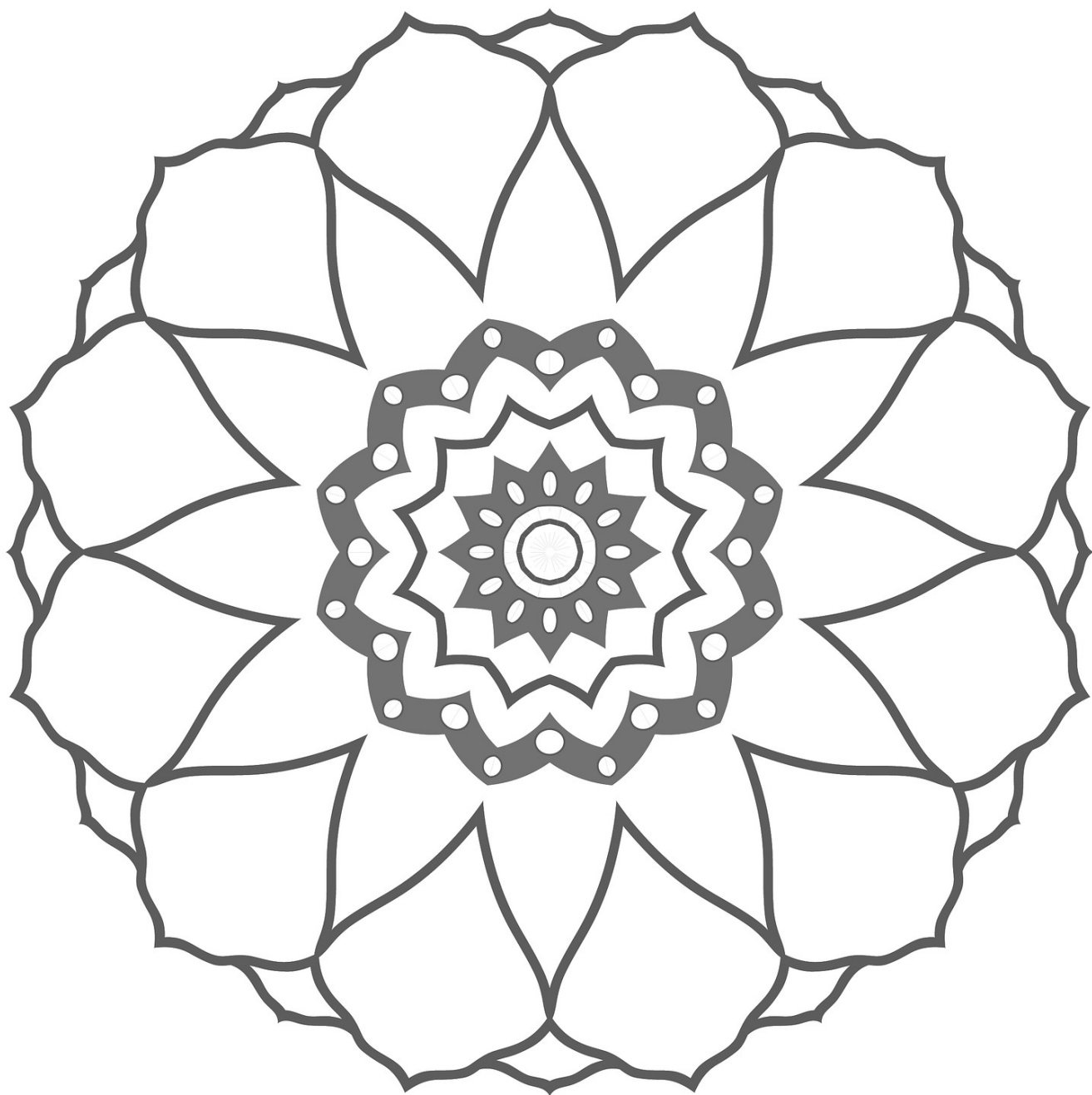
Explicació	Fer una petita explicació de les estones amb el contingut de la pàgina 3 del fulletó. Es convida a reflexionar sobre la vida, amb la pregunta: com estàs? Aquesta pregunta la responem en molts de moments però no sempre ho fem conscients perquè responem de forma automàtica "estic bé" "ok". O pot passar que amb les persones que tenim més confiança diem que tot perfecte o tot fatal. Però la realitat és que mai tot és perfecte o tot és fatal. En aquesta estona donar-nos temps per fer un escaneig de la nostra vida però aturant-nos a les diferents dimensions i veure com estem. Un cop som conscients això ens ajuda a poder anar madurant i créixer com a persones. Us proposem tres activitats a realitzar, tria la que et faci sentir més còmode per viure aquesta estona:
------------	---

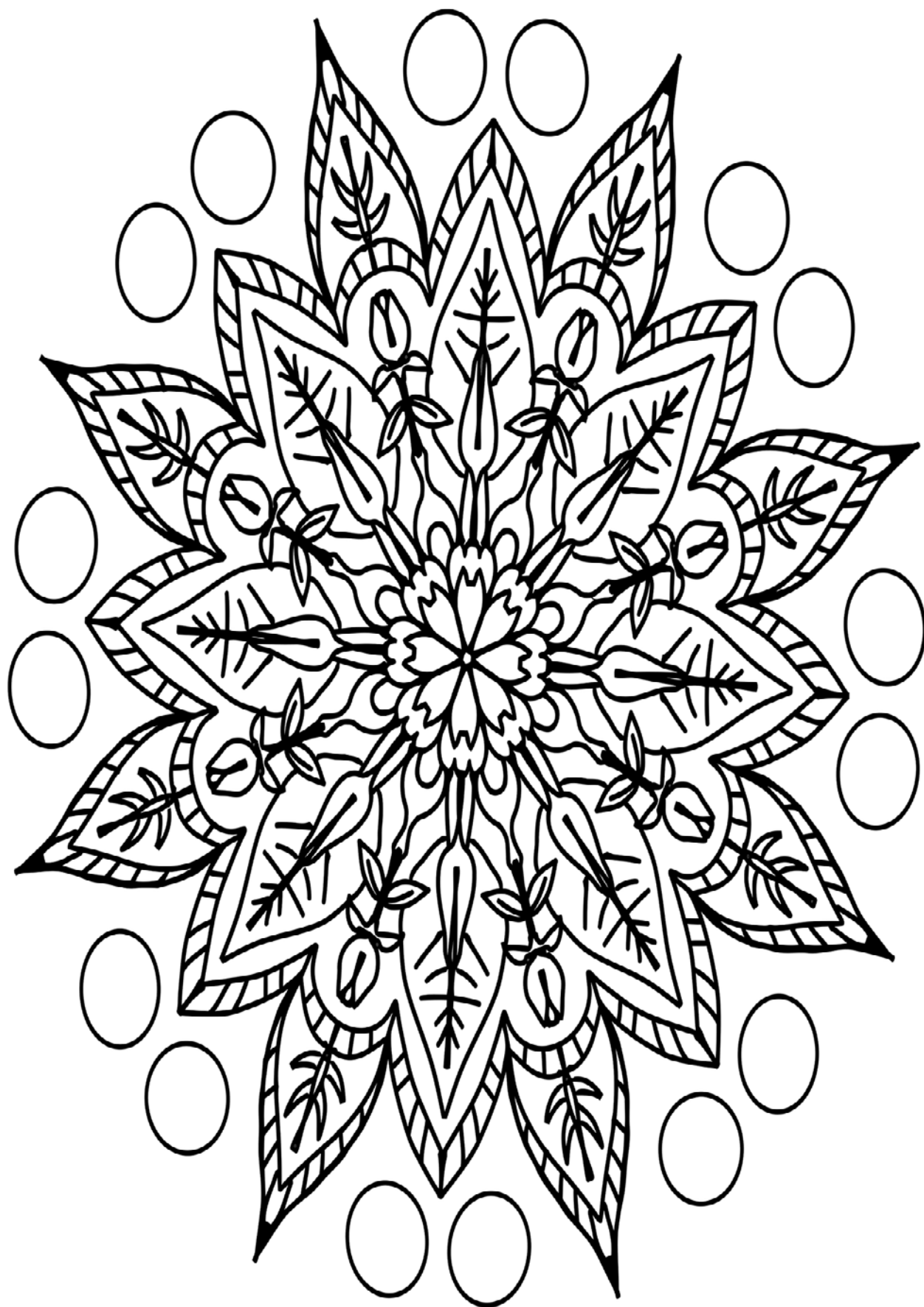
Activitat

Reflexió escrita	Trobareu en el fulletó un cercle amb les dimensions, el que es tracta és que cada un marqui com estàs en aquella dimensió, si la cosa no va gaire bé, es tracta d'emplenar fins a 2 o 3, si és una dimensió en la qual et sents molt satisfet/da marca 8, 9 o fins i tot 10. Després hi ha espai per poder escriure la vostra reflexió, el que és important és pensar en algun aspecte positiu i algun aspecte a millorar. Fer l'exercici d'escriure ens ajuda a fer-nos conscients de com estem realment.
Proposta de silenci i contemplació	En silenci reflexionar sobre les dimensions de la nostra vida i percebre quins sentiments em sorgeixen (tristesa, alegria, il·lusió...) i escriure el sentiment que em sorgeix en cada dimensió.
Activitat creativa	La tercera opció és la de fer la reflexió amb l'ajut d'un mandala, anar pintant el mandala i a través dels colors plasmar com estem.

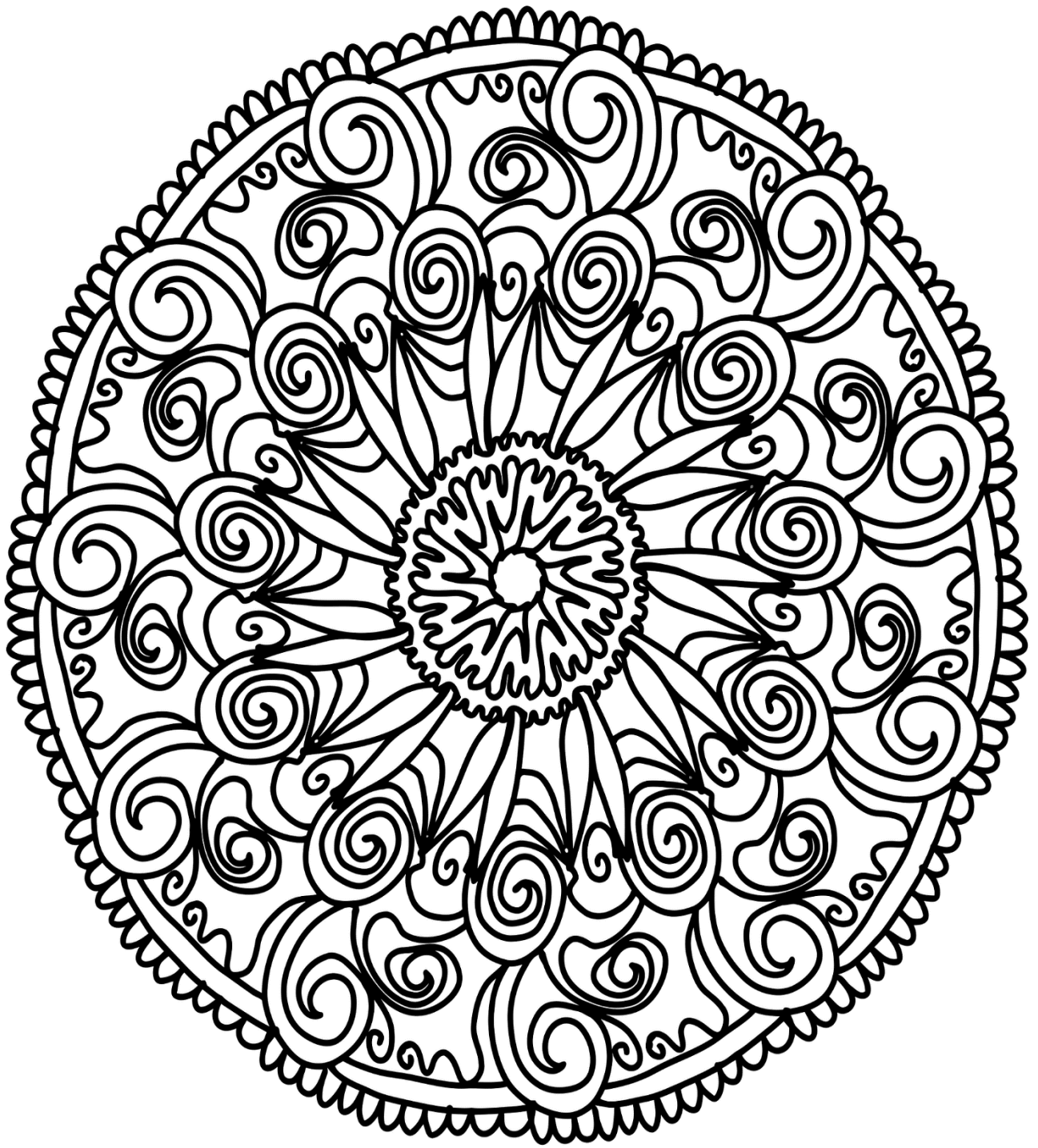
Transcendent

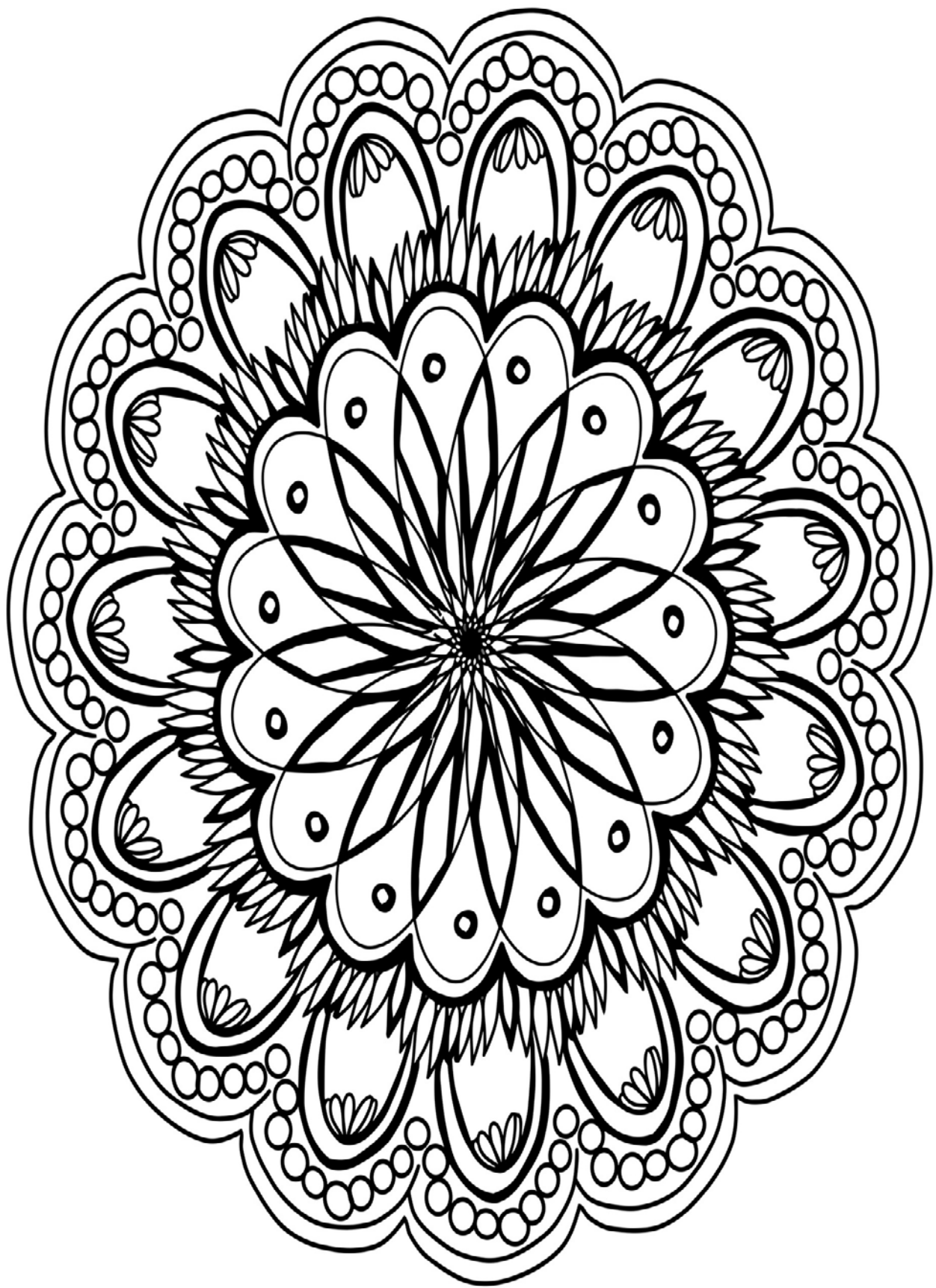
	Un cop realitzada la reflexió amb les activitats que han triat, es convida a llegir el poema que hi ha el fulletó i poder escoltar el poema de part de Jesús que es dirigeix a la nostra vida i que ens convida a descobrir-lo estimant allà on estem, donant-nos el suport que necessitem per què ningú com ell vol que nosaltres visquem la vida amb plenitud, autènticament i que siguem feliços.
--	---

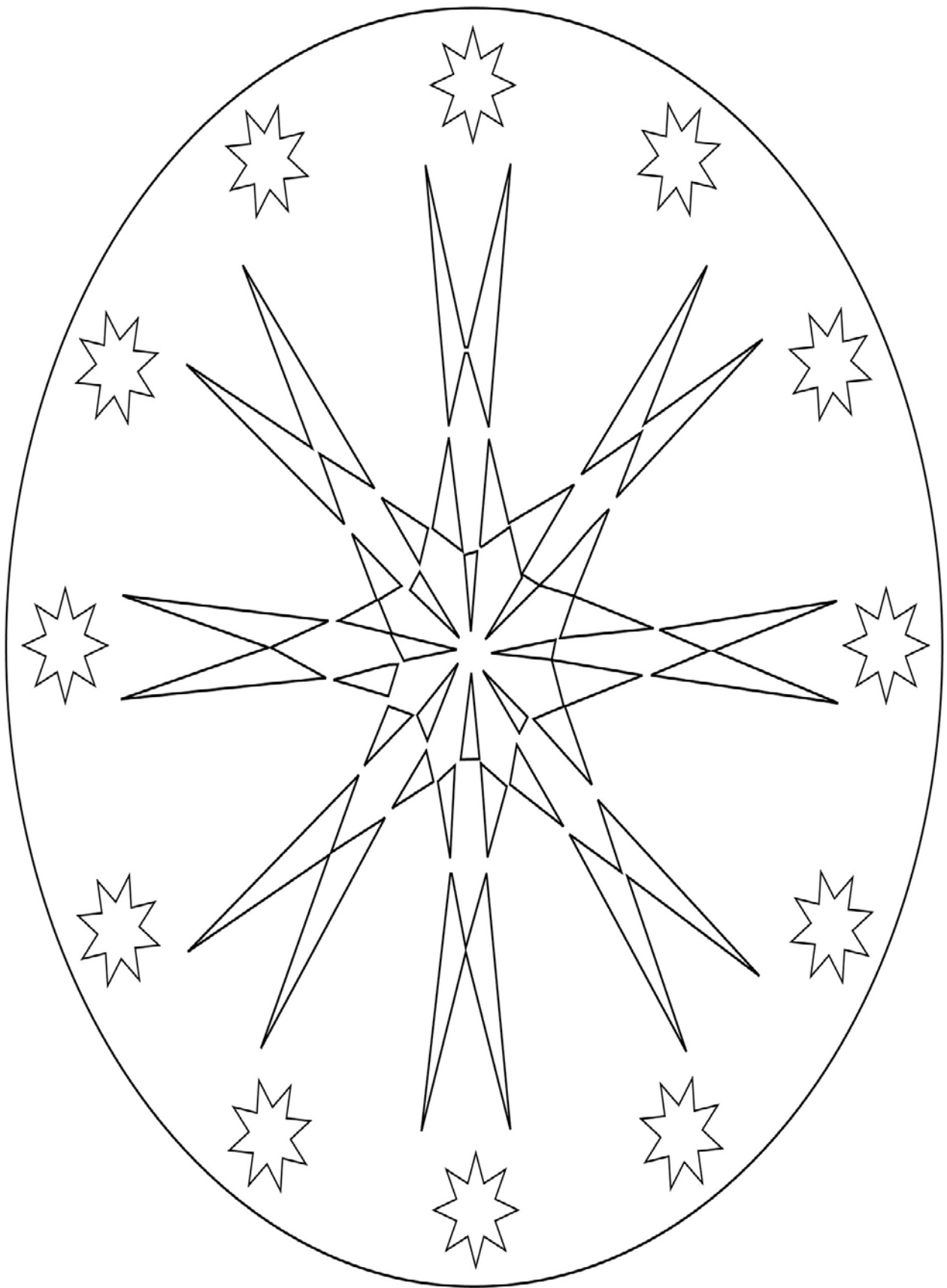


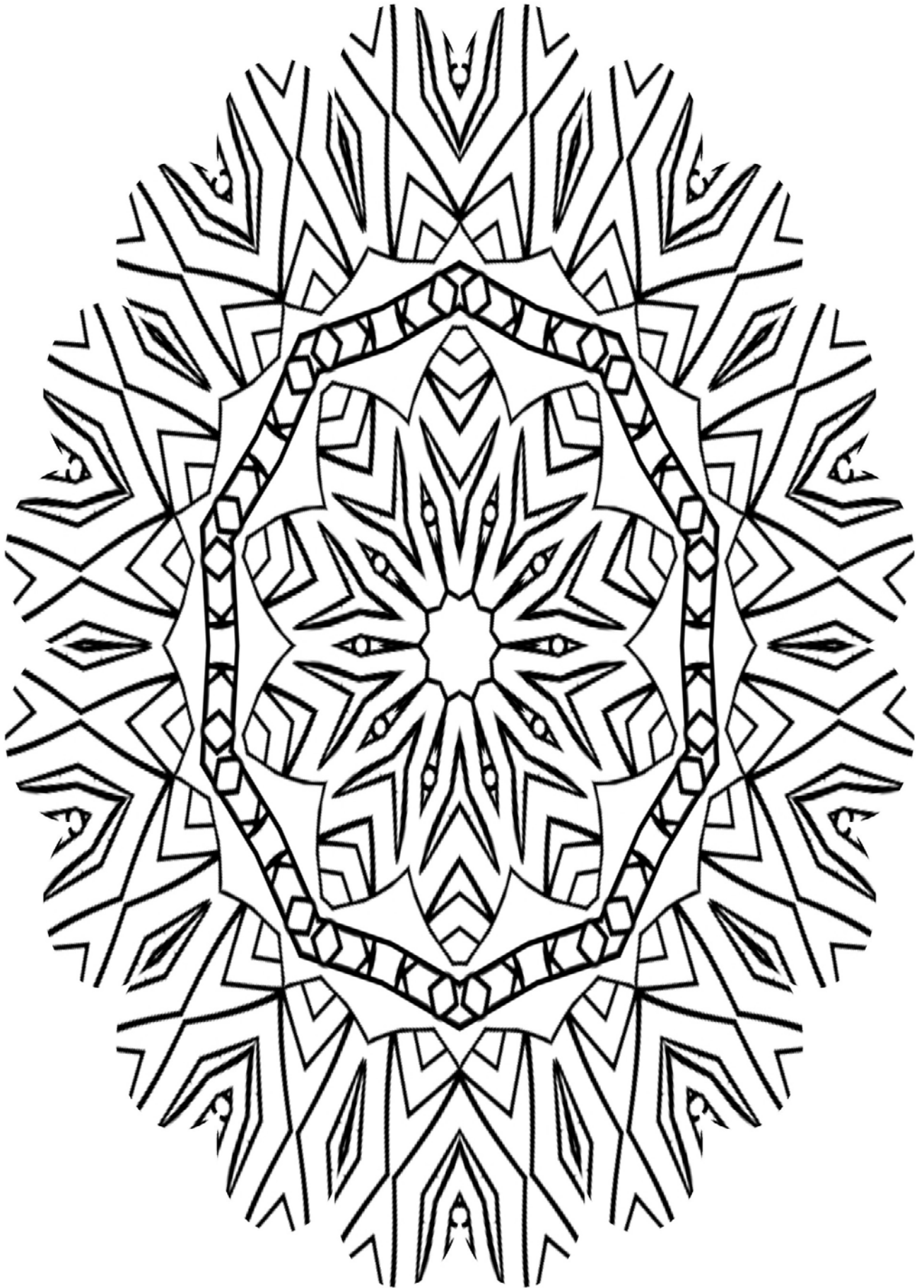


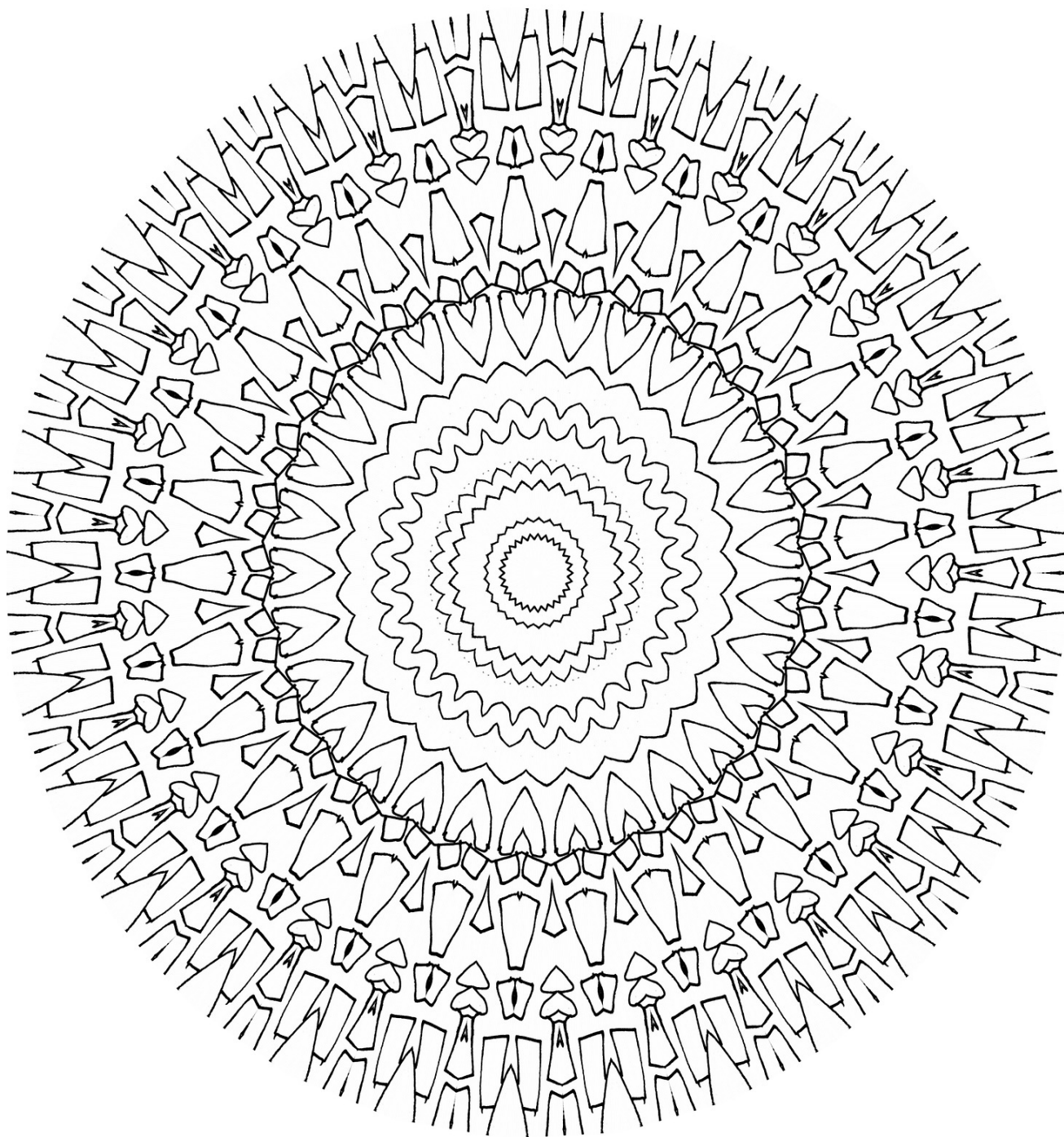


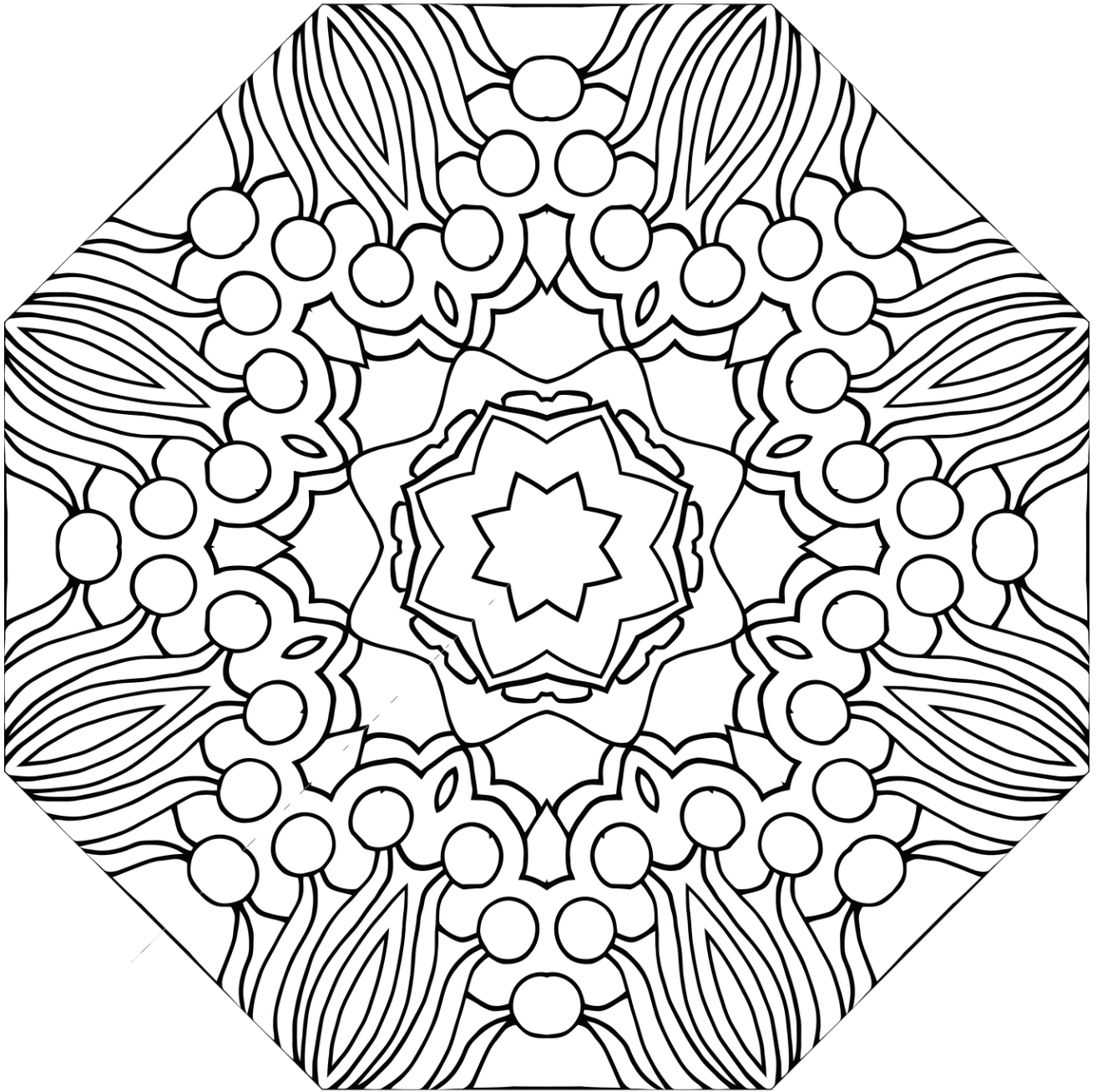


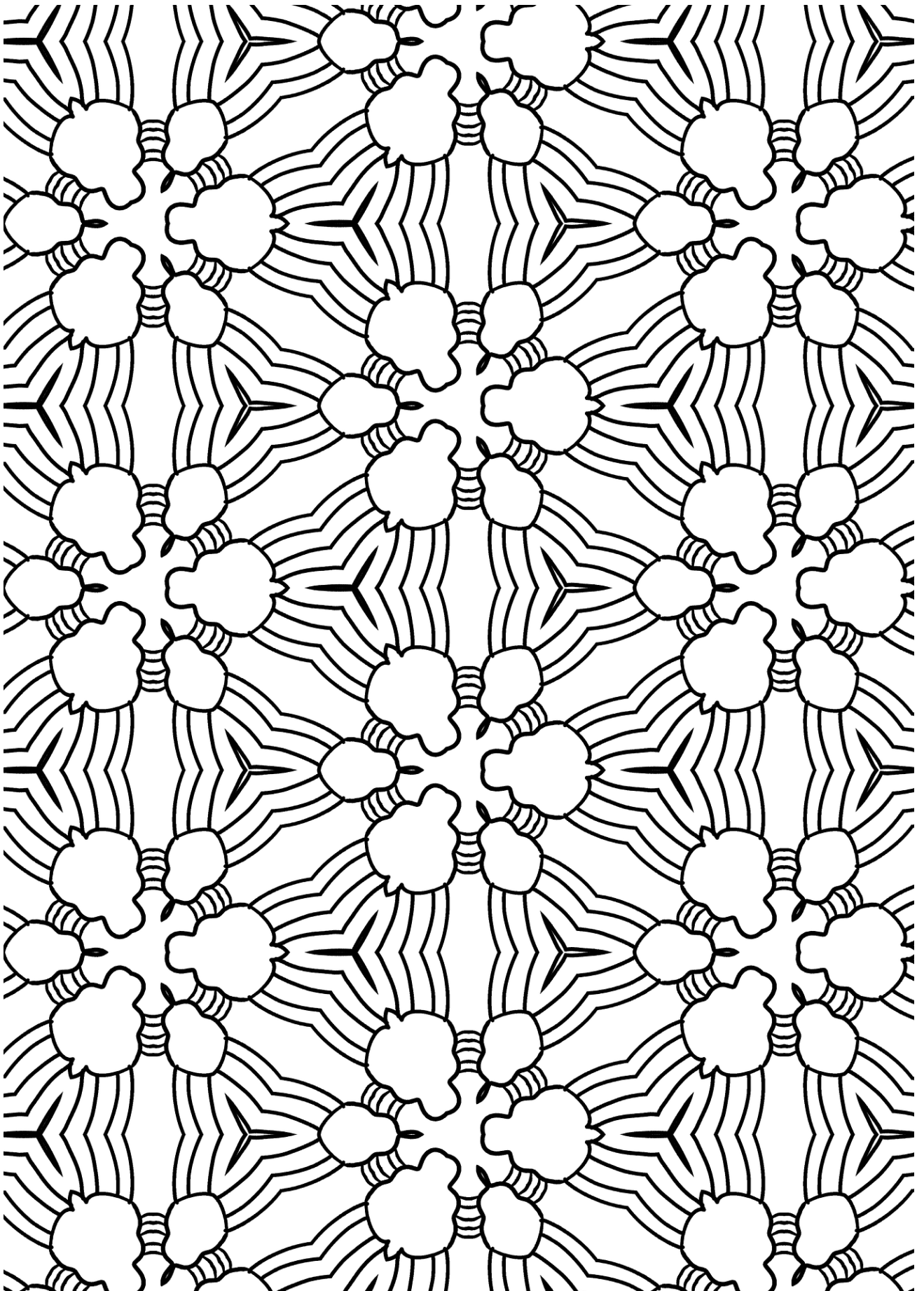


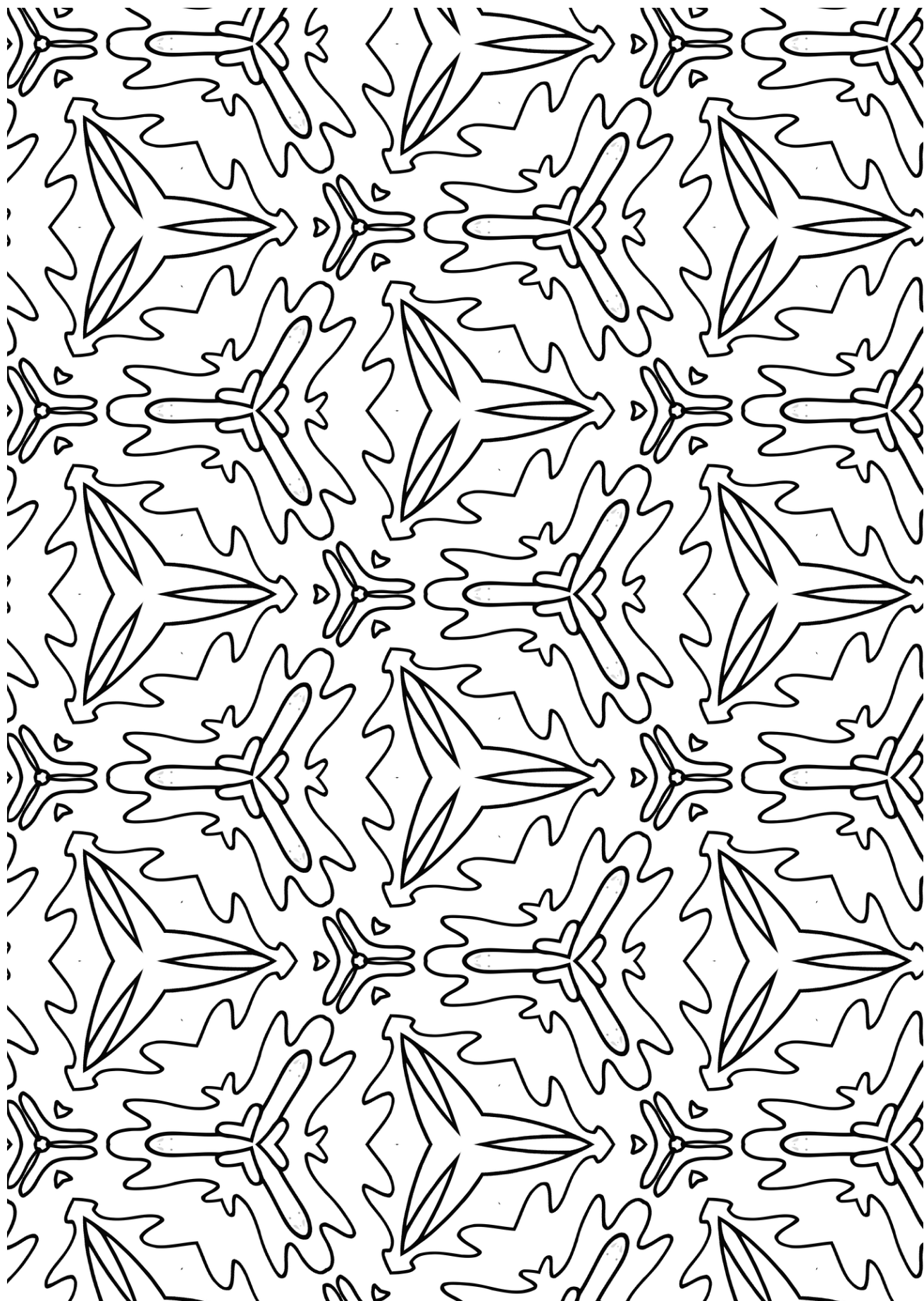


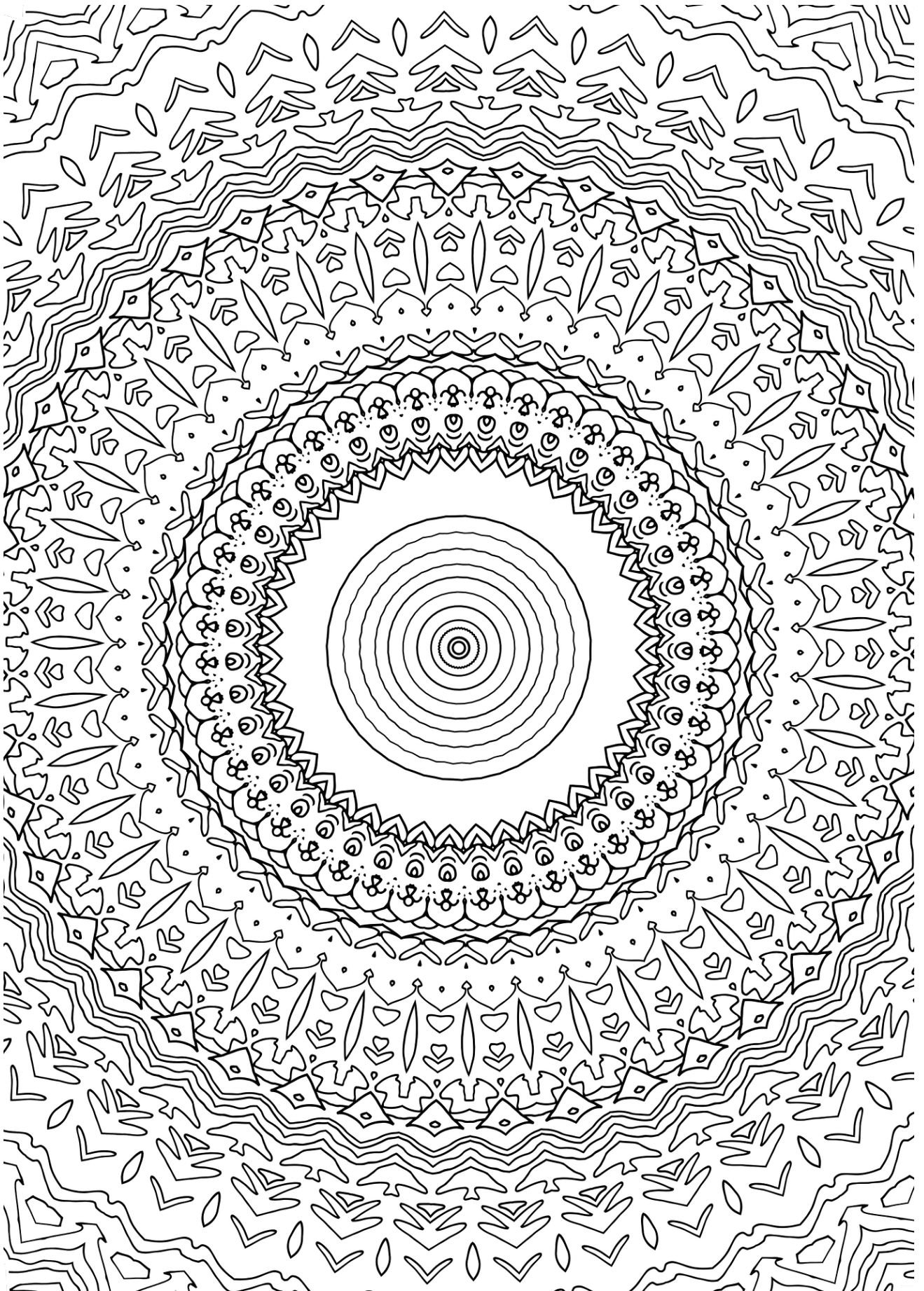












Quins moments destacaries en el vídeo de la teva vida?

Valor de educació

Objectius	• Tenir un temps per adonar-nos de les coses viscudes. • Reflexionar sobre les coses que ens han marcat. • Descobrir que Jesús està al nostre costat.
Material	• Paper A3 • Llapisses de colors

Explicació

Explicació	Avui donarem una mirada al viscut fins ara, a les coses que ens han passat, a les persones que ens hem anat trobant, al que m'ha marcat fins avui. Donar una mira al viscut per recordar i per aprendre, per adonar-nos de les coses que realment són importants per nosaltres, i cuidar-les. No es tracta sols de mirar les coses maques que ens han passat sinó també atrevir-nos a donar una ullada alguna que potser ens ha costat més, perquè a vegades amb el temps podem adonar-nos que potser aquest esdeveniment i persona ha contribuït a ser la persona que sóc avui.
------------	---

Activitat

Reflexió escrita	Per realitzar aquesta activitat trobareu en el fulletó fotogrames en blanc, com els d'una pel·lícula per cada un dintre poder escriure o dibuixar els moments que destacaries per la seva importància.
Proposta de silenci i contemplació	Si prefereixes fer-ho en silenci, deixar que a la ment apareixen aquelles imatges que el nostre passat i simplement contemplar-les, mirar-les, com si fossin imatges d'una pel·lícula, que em poden emocionar o entristir.
Activitat creativa	Si algú necessita, més espai, per fer la història, hi ha papers on pots dibuixar tu mateix/a els fotogrames i anar dibuixant la teva vida fins ara.

Transcendent

	Us convidem que deixeu el darrer fotograma en blanc obert a les coses que vindran. Hi trobareu al fulletó un conte que es diu "Petjades a la sorra", on es descriu com Jesús està al nostre costat, encara que a vegades no ens adonem, i al costat no quan tot va bé sinó que al costat sobretot quan més el necessitem. Et convidem a tornar als fotogrames un cop dibuixat i preguntar-nos: com descobreixo a Jesús en el camí de la meva vida? Ho veig distant?, al costat?, no el puc identificar però m'agradaria?... En cada moment que has dibuixat ell hi és, si els pots identificar, dibuixa'l en el fotograma potser amb una paraula "esperança" o un símbol "cor" o la seva persona.
--	---

Qui sóc?

Valor de llibertat

Objectius	• Treballar l'auto-representació • Adonar-nos de la influència del nostre entorn en la nostra vida. • Pensar com ens veu Jesús i que pensa de nosaltres.
Material	• Paper A4 mascara • Diferents materials per la decoració. • Llapisses de colors • Cola

Explicació

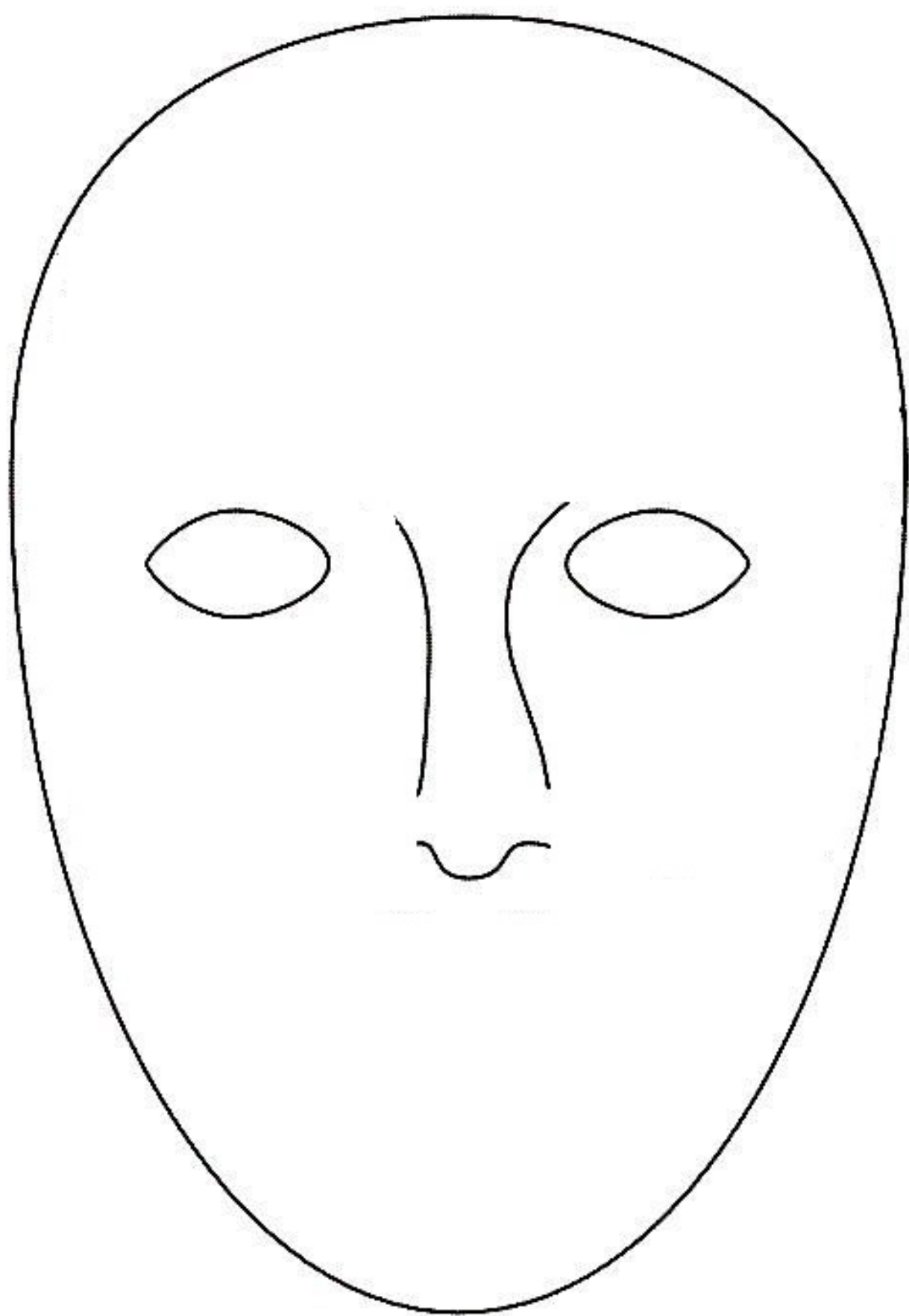
Explicació	La reflexió d'avui va relacionada amb nosaltres, amb la nostra imatge, en un primer moment respondrem a les preguntes: qui sóc jo? Com sóc jo? En la part exterior de la mascara escriure els adjectius, qualitats, tot el que ens vingui al cap, el que diuen de nosaltres les persones que tenim el nostre entorn, amics, ...
------------	---

Activitat

Reflexió escrita	En el full teniu una mascara on podeu a través de paraules, símbols, dibuixos... escriure aquestes coses que diuen de vosaltres.
Proposta de silenci i contemplació	Qui prefereix fer-ho en silenci us convidem a respirar l'alfabet, es tracta de fer un exercici amb la respiració. Inspirar en ordre les lletres de l'alfabet i al moment de treure l'aire expirar la primera paraula que ens surti sobre nosaltres, no es tracta de controlar el que diem sinó deixar-nos dur, per exemple inspirar la "A" i expirar amb la paraula "amable", inspirar la "B" i expirar "bondados", "C" "covard", ... Es tracta de deixar-nos dur i veure les paraules que ens surten espontàniament.
Activitat creativa	Hi ha mascaretes impreses en A4 per qui vulgui tenir més espai.

Transcendent

	Un cop realitzada la part externa de la mascara, anar a la part interna, la part que ningú veu, la part que nosaltres coneixem i preguntar-nos: de tot el que sento sobre mi, qui dic jo que sóc? Qui realment sóc? I donar una passa més: com ens veu Jesús? Hi trobareu al fulletó un text que és una versió del Salm 139, us convidem a llegir i a escriure a la part interior, que creus que diu Déu de tu, ell que més que ningú ens coneix i ens estima.
--	--



L'amistat, un tresor!

Valor de amor

Objectius	• Explorar com són les nostres relacions • Analitzar l'impacte que té en nosaltres la relació amb els altres. • Com ens convida Jesús a viure la relació amb els altres.
Material	• Paper de colors, de cera, xarol, tallats amb un quadre de 20cm per 20cm aproximadament.

Explicació

Explicació	Reflexionarem sobre com són les nostres amistats. Com són les nostres amistats ens ajuden a créixer o ens limiten? Com ens relacionem amb els altres? Som capaços d'amistat o simplement tenim companys? Quin és el veritable sentit de l'amistat? Com descriuria un veritable amic o amiga? Trobarem en el full un poema de Jorge Bucay on explica el que seria una relació saludable, on cada persona té espai per créixer, expressar-se, ser un mateix.
------------	---

Activitat

Reflexió escrita	En el full trobarem algunes preguntes que ens poden ajudar a la reflexió.
Proposta de silenci i contemplació	Qui prefereixi fer-ho en silenci, el que pot fer és imaginar que ets una mosca que està a dalt d'una paret i des d'allà observa el que seria un diàleg teu amb els amics, amb els monitors, amb la família. Com et veus? Com et relaciones amb els altres? De què parles? Com et sents?
Activitat creativa	A cada persona es donaran 4 trossos de paper i amb els papers es convida a simbolitzar com és la teva relació amb les persones del teu entorn. Dona a cada paper un personatge, un ets tu, la família, els amics, amb Jesús... Uneix els papers de forma que representi com et relaciones amb els altres.

Transcendent

	Jesús ens va deixar un manament nou, l'únic que ens va proposar, que és molt simple: "Us dono un manament nou: que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat. Així, doncs, estimeu-vos els uns als altres." (Joan 13,34). Trobareu un text que ens ajudarà a reflexionar sobre aquest nou manament, quina és l'amistat que Jesús ens proposa viure. Després de llegir el text, si creus que alguna cosa que has de canviar donat temps per pensar-ho per refer la teva representació amb els papers, per visualitzar-te amb les persones d'una altra manera, per reescriure les teves respostes.
--	---

T'atreveixes a somiar?

Valor de la pau

Objectius	• Reflexionar sobre els límits que ens posem a nosaltres mateixos/xes i al nostre entorn. • Donar-nos un espai per somiar en la nostra vida i el futur que ens agradaria pel nostre món. • Descobrir els somnis de Jesús en cada un de nosaltres.
Material	• Revistes • Paper A4 • Cola

Explicació

Explicació	Avui es tracta de somiar, somiar amb la nostra vida, amb el nostre centre d'esplai, amb els infants, amb la família, amb la nostra societat. Per somiar cal una cosa important, sortir de la zona de confort i confrontar les nostres pors. Les pors ens tenen en molts de moments aturats, ens fan viure a mínims, no ens ajuden a desplegar les ales, ens fa veure les coses molt complicades. Somiar és un risc, suposar obrir les ales, potser risc, experimentar el fracàs, algun cop, caiguda, però ens ajuda a desplegar-nos.
------------	--

Activitat

Reflexió escrita	Trobaràs una pàgina en blanc, al centre escriu el teu nom, al voltant els seus somnis amb la teva vida, amb les persones que estimes, amb els infants, quin és el teu somni per ells/elles?, amb la nostra societat, com t'agradaria que fos?
Proposta de silenci i contemplació	Col·loca les mans davant tu en forma de concos, en les mans hi ha les teves pors, porta una mà damunt de l'ombro i imagina que llances aquestes pors, després imagina que es van omplint amb somnis. Quins somnis són?
Activitat creativa	Fer el collage on en el centre el teu nom i al voltant els teus somnis.

Transcendent

Jesús també tenia somnis, i un somni es va convertir amb el motor de la seva vida, era el Regne de Déu, construir un lloc on tothom visqui feliç, on tothom tingues prou per viure, on tothom és sentit estimat i estimes, on viure com a germans i germanes.

En paraules de Jesús: M'ha enviat a portar la bona nova als pobres, a proclamar als captius la llibertat i als cecs el retorn de la llum, a posar en llibertat els oprimits, a proclamar l'any de gràcia del Senyor" (Lc 4, 16-19)

Tan fort era el seu somni que molta gent segueix optant per fer-ho realitat, primer els deixebles i moltes persones a través de la història de tot món. T'agradaria a tu també ser-hi part?.

Hi ha molt que vosaltres com a monitors feu amb els infants, que va transformant la nostra societat, però hi hauria alguna cosa més, que podríeu fer perquè el món fos un poc millor?

Diguem-nos coses boniques

Valor de l'entusiasme

Objectius	• Potenciar una mirada positiva cap a un mateix i al seu entorn. • Identificar i reafirmar les virtuts pròpies • Descobrir la mirada de Jesús a la nostra vida.
Material	• Cinta de tela • Retoladors

Explicació

Explicació	Començar l'activitat llegint un text de Carles Capdevila. Comentar algunes coses que surten al text, de com ens influeix el que diuen de nosaltres. Però que el més important és que pensem de nosaltres mateixos/es, després d'aquests dies d'anar treballant en la nostra vida, quines coses boniques em diria?
------------	--

Activitat

Reflexió escrita	En el full trobareu lloc per escriure aquestes coses boniques que ens hauríem de dir més nosaltres mateixos, aquelles coses que quan durant l'any quan vinguin moments més difícils puguem anar a mirar per trobar la força per viure, sense perdre aquesta visió positiva del que som.
Proposta de silenci i contemplació	El que ho vulgui fer amb silenci, us convidem a buscar una paraula, una frase que ens aporta felicitat, que ens doni pau, i aquesta com a mantra anar repetint al compàs de la respiració. Si fem aquest exercici i recordar la paraula o frase en les dificultats ens ajudarà a tirar endavant.
Activitat creativa	Cada persona decora una peça de fusta en forma de cor amb un missatge inspirador que recordi qui ets? I en els moments de dificultat, la tindràs a prop per recordar-ho.

Transcendent

	A més d'aquestes coses, també escriure quines coses ens diria Jesús per ajudar-nos a viure el dia a dia amb més força, amb més ganes, amb il·lusió. Hi ha un text en el fulletó que ens pot ajudar.
--	---

Estrelles i estels

Valor del compromís

Objectius	• Pensar en quin tipus de persona vull ser • Definir que em pot ajudar a viure com estrella. • Aprendre a estimar a l'estil de Jesús
Material	• Paper A3 • Llapissets de colors

Explicació

Explicació	Comencem llegint el conte d'"estrelles i estels". Pregunta i tu vols ser estrella o estel? Segur que coneixem persones i monitors/res del nostre entorn que són estels que no es comprometen, que estan però no tenim cap impacte, que no podem realment comptar amb ells i elles perquè no són de fiar. I també hi ha estrelles en el nostre entorn, persones i monitors/res que ens marquen, persones que en els moments importants estan al nostre costat, persones que han deixat petjada, amb les que un se sent realment estimat. Ara que tenim el nou curs endavant, com podem ser estrelles? Estrelles en l'equip de monis, estrelles amb els infants, estrelles en el meu dia a dia, amb els estudis, amb el treball, amb la família i els amics.
------------	--

Activitat

Reflexió escrita	Trobareu dues preguntes en el full que ens poden ajudar a fer la reflexió.
Proposta de silenci i contemplació	Els que prefereixen fer-ho en silenci, pensar en una forma concreta de compartir aquelles qualitats que tu tens amb les persones del teu entorn.
Activitat creativa	Amb la plastilina crear les coses que us calen per ser estrelles... potser una orel·la per escoltar, un cor, rellotge per cal més paciència...

Transcendent

	En el text que hi ha "si no els estimés..." Fa referència a un text que trobem a la Bíblia en el que se'ns convida a estimar a la manera de Jesús, qui va passar per la terra sent estrella. Ser estrella és estimar i estimar a l'estil de Jesús. En aquest text en trobem aquesta descripció, en les qualitats que ha de tenir la persona que és estrella: (1a corintis 13) és pacient, és bondadós; el qui estima no té enveja, no és altiu ni orgullós, no és groller ni egoista, no s'irrita ni es venja; no s'alegra de la mentida, sinó que troba el goig en la veritat; tot ho excusa, tot ho creu, tot ho espera, tot ho suporta.
--	--

Eucaristia

Valor de la responsabilitat

Objectius	• Explicació de l'eucaristia i les seves parts • Afavorir la seva implicació en el desenvolupament de l'eucaristia.
Material	• Scratch paper negres • Eскурadents

Explicació

L'eucaristia és un diàleg de cada persona amb Jesús, és un espai de creixement espiritual, i avui intentarem anar fent aquest diàleg per poder viure la celebració realment, pot passar que a moments la trobem avorrida i perquè no acabem d'entendre el que va passant, però perquè avui no passi durant la celebració explicarà cada part breument. El que és important és que per un diàleg calen dues parts, Jesús està més que disposat a dialogar amb cada un però, necessita qui escolti i qui també parli amb ell. Per facilitar la nostra part, cada persona tindrà un paper i un escuradents, en l'explicació de cada part hi haurà alguna pregunta per reflexionar dirigida a nosaltres us convidem a anar escrivint en el full la vostra resposta, i qui voluntàriament vulgui quan arribi el moment podrà expressar-ho en veu alta.

Cada eucaristia té 4 parts:

Els ritus inicials: hi trobem primer de tot una salutació, un moment de demanar perdó, i les pregàries que anirà fent el mossèn són com el tràiler d'una pel·lícula, com el resum de què es desenvoluparà en tota l'eucaristia.

En el moment del perdó, escriure en el full: Perquè voldries demanar perdó?

- Les tensions del nostre món:
 - Davant les injustícies
 - La violència
 - El tracte indegut a la natura....
- Però també per les coses que fem en els grups, esplais, famílies:
 - La falta d'il·lusió i esperança
 - Falta de treball ben fet
 - Més implicació en les causes justes...
- I les petites coses que jo també faig
 - La falta de respecte
 - Incapacitat per perdonar
 - Posar etiquetes...

La litúrgia de la Paraula: està relacionada amb la Paraula de Déu, és una part que es tracta d'escoltar la paraula, entendre amb l'ajut de l'homilia, i aquest Déu que ens ha parlat poder fer alguna petició del que per nosaltres és important. (Es pot utilitzar la Bíblia com a símbol de aquesta part)

Durant l'homilia, es pot convidar a reflexionar sobre quines són les pors en la nostra vida, Jesús parla d'entrar per la porta estreta, la porta estreta és el camí d'autenticitat, però a vegades ens deixem dur pels altres, la societat, per les nostres pors, i acabem vivint no com realment ens agradaria, podríem reflexionar sobre quines són les coses que

m'agradaria canviar a la meua vida, actitud, comportaments, accions de les quals no estic orgullós, adonar-nos per així donar-nos l'oportunitat de reprendre el que realment volem en la nostra vida, i així entrar per la porta, que es Jesús, l'amor, l'autenticitat.

Durant el temps de les pregàries, escriure en el full: Per qui o quina intenció m'agradaria adreçar una pregària?

Exclosos, infants, família, ...

La litúrgia de l'Eucaristia: potser la part que a un li costa més seguir, perquè es van dient pregàries i potser no tot s'entén, però el que és important és el Pa i el Vi que a través de tot el que es realitza, pregàries, gestos, fa que Jesús estigui present entre nosaltres. Però aquest pa i vi és possible amb la contribució de cada un, per això l'inici d'aquesta part inicia amb l'ofertori, on l'ofrena que fa cada un Jesús l'acull i la transforma amb el seu amor. (Com a símbol d'aquesta part es pot oferir el pa i el vi)

Jesús acull el que som i tenim, i això el vol transformar amb ell, amb el seu amor, escriure en el full: què tens per oferir a Déu perquè el món sigui un lloc per tothom on viure amb pau, amor? El que som, el que tenim, les nostres capacitats, somnis o projectes...

Els ritus finals: és la conclusió de tota la celebració, on hi ha un moment que donem gràcies, ens acomiadem i en comprometem a viure com Jesús.

En el moment de l'acció de gràcies, convidar a escriure: que vull agrair? De Déu, dels altres, de la natura, de la família, els infants, ...

Com a reflexió final: durant cada eucaristia quan es dóna el diàleg, quan no es viu de forma passiva, hi ha un descobriment de nosaltres i de Déu. Només cal mirar el paper que teniu, hi ha hagut un canvi, del color negre als colors que han anat sortint, hi ha hagut un canvi, un descobriment, igual en cada eucaristia a través del diàleg també es produeix aquest canvi en nosaltres, de més color, de més alegria, de més coneixement.

Lectures del dia

Evangelí Lc 13,22-30: Lectura de l'evangelí segons sant Lluc

En aquell temps, Jesús, tot fent camí cap a Jerusalem, passava per viles i pobles i ensenyava. Algú li preguntà: «Senyor, són pocs els qui se salven?». Ell contestà: «Correu, mireu d'entrar per la porta estreta, perquè us asseguro que molts voldran entrar-hi i no podran.

Després que el cap de casa s'haurà alçat a tancar la porta, de fora estant començareu a trucar i direu: "Senyor obriu-nos". Ell us respondrà: "No sé d'on sou". Llavors començareu a dir-li: "Menjàvem i bevíem amb vós i ensenyàveu pels nostres carrers". Ell us respondrà: "No sé d'on sou. Lluny de mi, tots vosaltres que obràveu el mal".

Allà hi haurà els plors i el cruixir de dents quan veureu Abraham, Isahac i Jacob amb tots els profetes en el Regne de Déu, mentre que a vosaltres us hauran tret fora. I vindrà gent d'orient i d'occident, del nord i del sud i s'asseuran a taula en el Regne de Déu. Mireu, ara són darrers els qui llavors seran primers, i són primers els qui llavors seran darrers».

CANT D'ENTRADA

Si cerques quelcom a la vida que et faci viure content,
aixeca els ulls de la terra i veuràs un cel serè;
és lliure, sense eslògans com el vol que fa l'ocell.

Vine amb mi, amic meu, farem junts el camí.
Vine amb mi, amic meu, el món serà nostre, sí.

Farem un gran foc amb l'espurna que cremi la llenya al cantar;
el vent portarà la notícia amb paraules d'amistat;
la llum traurà les ombres que no ens deixen mai pensar.

Hi ha una veu que no dubta quan parla de llibertat;
un cor que mou la història, mai ningú com Ell de gran:
Jesús que en tu camina i ens dóna a tots la mà.

LITÚRGIA DE LA PARAULA

Salm

El Senyor és la meva força, el Senyor el meu cant.
Ell m'ha estat la salvació.
En Ell confio i no tinc por. En Ell confio i no tinc por.

Evangelí i Homília

El Senyor sigui amb vosaltres.
I amb el vostre Esperit.

Lectura de l'evangelí segons ...

Paraula del Senyor.
Lloança, a vós, oh Crist.

Pregàries

1. Jesús, et presentem la nostra vida i la de tants i tants joves... et demanem que il·luminis el nostre estudi, que donis força al nostre treball, que omplis d'esperança els nostres serveis a la societat (voluntariat, implicació política, responsabilitat social), que transformis allò que dificulta el nostre creixement: l'accés a l'habitatge, la incorporació al món del treball d'una manera digne, els mileuristes, ideologies buides, mirades sobre la vida alienants, consumisme desbocat.
2. Jesús, volem parlar-te dels nostres centres d'esplais, de tots aquells que en formen part: els infants i les seves famílies, els monitors i les monitores, i els consiliaris... et demanem que la nostra tasca sigui un servei agraït i alegre, d'educació.
3. T'agraïm aquests 50 anys de vida. També volem pregar per tots aquells que treballen i fan Moviment, i per les altres federacions i realitats d'educació en el lleure.

4. Jesús, ens sentim església, i des de diferents pertinences i identifications, volem demanar-te per les parròquies i comunitats cristians d'on femem part cadascú de nosaltres.
5. Il·lumina les nostres esglésies diocesanes, que ens mogui el teu evangeli i el desig de comunicar-lo.
6. 4. Jesús, mira les situacions de mal del nostre món... els conflictes armats i violents d'arreu del món, les situacions d'injustícia i de mentida.
7. Cuida de les persones i empeny els cors de les persones a cercar el bé comú.

LITÚRGIA DEL COS I LA SANG

CANT PER A L'OFERTORI

EL SENYOR ET CONVIDA A SEURE A TAULA AMB ELL,
EL SENYOR ET CONVIDA A SEURE A TAULA AMB ELL,
DIGUES SI, DIGUES SI, EL SEU COS ES PER A TU,
I AQUEST VI GERMA, QUE OMPLI EL TEU COR.
DIGUES SI, DIGUES SI, EL SEU COS ES PER A TU,
I AQUEST VI GERMA QUE OMPLI EL TEU COR.

SANT

Sant, Sant, Sant és el Senyor, Déu de l'univers.
El cel i la terra són plens de la vostra glòria.
Hosanna a dalt del cel.
Beneït el qui ve en nom del Senyor.
Hosanna a dalt del cel.

PARE NOSTRE

Pare nostre, que esteu en el cel:
sigui santificat el vostre nom;
vingui a nosaltres el vostre Regne;
faci's la vostra voluntat,
així a la terra com es fa en el cel.
El nostre pa de cada dia
doneu-nos, Senyor, el dia d'avui;
i perdoneu les nostres culpes,
així com nosaltres perdonem els nostres deutors;
i no permeteu que nosaltres caiguem a la temptació,
ans deslliureu-nos de qualsevol mal.

RITU DE LA PAU

MANS, MANS, MANS A LES MANS.
MANS, MANS, MANS A LES MANS. (Bis)
Deixem les tristeses deixem els afanys,
posem tot seguit les mans a les mans,
i així reviuem un amor d'infants
que compartirem amb tots els germans.

COMUNIÓ

Senyor, no sóc digne que entreu a casa meva;
digueu-ho només de paraula, i serà salva la meva ànima.

CANTS DURANT LA COMUNIÓ

Pels camins d'aquesta vida, sense veure-ho del tot clar,
amb el pas feixuc i força capficats.

Has sortit al nostre encontre, t'has posat a caminar
i per la nostra conversa has preguntat.

Ens expliques l'Escriptura com ningú no ho ha fet mai
i et reveles en el gest de partir el pa...

QUEDA'T AMB NOSALTRES

QUE EL DIA JA COMENÇA A DECLINAR

QUEDA'T AMB NOSALTRES

QUI CAMINA AMB TU, JESÚS, MAI NO ES PERDRÀ.

Quan arriba l'hora baixa tu fas com el que se'n va,
però nosaltres t'insistim entusiasmats.

Has entrat a casa nostra, t'has deixat acomodar
i et mirem als ulls amb el cor abrusat.

Aixequem-nos de la taula, anem a trobar els germans:

"Realment és Ell, Déu l'ha ressuscitat"!

Aplegats en el seu Nom tornarem a caminar
fins que torni ple de glòria i majestat!

CANT DE COMIAT

«Déu te guard, plena de gràcia, el Senyor és amb tu»

et digué l'àngel de Déu, qui s'ho pot imaginar?

I et demana ser la Mare de l'esperança del món.

Sense dubtes ni perquè, tu dius que sí...

Per això ets la Mestra de l'Amor,

de tu aprenem a dir que «sí» al Senyor, malgrat les nostres pors.

I ARA ET CANTEM: LA NOSTRA MARE ETS, SANTA MARIA.

ET DEMANEM, QUE SEMPRE SIGUI CRIST NOSTRA ALEGRIA.

QUE PRESENT EN EL NOSTRE TREBALL PER EDUCAR EN L'ESPLAI,
FORGEM HOMES I DONES LLIURES.

ET CANTEM: LA NOSTRA MARE ETS, SANTA MARIA.

ET DEMANEM, QUE SEMPRE SIGUI CRIST NOSTRA ALEGRIA.

QUE APRENGUEM LA CONFIANÇA D'INFANT,

LA RESPOSTA A L'AMOR, COM TU,

HUMIL I SENSE POR, HUMIL I SENSE POR.

Si vols parlar amb algú, si vols ser escoltat, si vols conèixer una mica més a Jesús, si vols rebre els sagraments del baptisme, la confirmació o la comunió...posa't en contacte amb

ambits@peretarres.org