

# PREGÀRIES

/1

[www.peretarres.org/mcecc](http://www.peretarres.org/mcecc)

materials per a  
l'animació de la fe  
als centres d'esplai



**FUNDACIÓ  
PERE TARRÉS**

MOVIMENT  
DE CENTRES  
D'ESPLAI  
CRISTIANS  
CATALANS

## Llegenda dels pictogrames:

---



Tipus de recurs:  
Pregàries



Destinat a:



Moment de l'any



Autor/a

**Material elaborat pel Moviment de Centres d'Esplai Cristians Catalans de la Fundació Pere Tarrés el desembre de 2015.**

Aquest recull de materials ha estat coordinat per:

- Maria Antònia Montagut, responsable d'Administració i Projectes del MCECC
- Marc Pascual, tècnic d'àmbits del MCECC

## Capítol 1: Pregàries

Introducció Pregàries .....	4
Pregària de Sant Francesc d'Assís .....	5
Lloança a Déu per la natura .....	6
En plena natura .....	7
Gràcies als meus educadors .....	8
Pare, ajuda'm a ser millor .....	9
El món com una gran colònia .....	10
Els infants aprenen allò que viuen .....	11
Anar de colònies .....	12
Comencem les colònies .....	13
Crist no té ... ..	14
L'alegria i la festa .....	15
Feu-nos actius i responsables .....	16
Feu-me valent .....	17
Vós mireu el meu cor .....	18
Vós mireu el meu cor, l'essencial .....	19
Ja és hora d'aixecar-vos .....	20
Deixeu-nos somiar! .....	21
Feu-nos forts i pacients .....	22
Santa Maria, mare de Déu .....	23
Sortosos els qui compten amb nosaltres .....	24
Jo havia demanat... ..	25
Si trobéssim el temps... ..	26
Gloria a Déu... Pau per a les persones! .....	27
Cada dia podria ser Nadal .....	28
Volem reconciliar-nos amb Vós .....	29
Gràcies, Jesús perquè no us canseu mai de nosaltres .....	30
L'amor allibera i responsabilitza .....	31
Gràcies, Senyor .....	32
Perdó, Senyor .....	33
Pregària a la mare de Déu .....	34
Aprendre la lliçó de la Creació .....	35
Gràcies d'aquest dia que s'acaba .....	36
Com jo, Jesús... ..	37
Pregària per a un dia d'esport .....	38
Pregària per a viure units .....	39
Lloat siguis, Senyor meu .....	40
Pregària per a tots els nois i noies .....	41
D'ençà que t'he trobat .....	42
Pare nostre .....	43
Pare nostre (II) .....	44





# Introducció

## Pregàries

---

Les pregàries són textos breus que poden ser llegits per un infant o un monitor, per diverses persones o tots junts. Pot anar acompanyat d'una imatge i d'una introducció, reflexió o proposta de pregària. Podem fer-ne ús un dissabte d'esplai, en una excursió o en un moment vital concret.

# Pregària de Sant Francesc d'Assís

	→  Tothom	 Qualsevol	 Oració inspirada en Sant Francesc d'Assís
---	--	---	--




Oh Senyor,  
feu de mi un instrument de la vostra pau!

On hi ha odi, que jo hi posi amor.  
On hi ha ofensa, que jo hi posi perdó.  
On hi ha discòrdia, que jo hi posi unió.  
On hi ha dubte, que jo hi posi esperança.  
On hi ha error, que jo hi posi veritat.  
On hi ha desesperació, que jo hi posi l'esperança.  
On hi ha tenebra, que jo hi posi la llum.

Oh Mestre,  
feu que jo no cerqui tant:  
ser consolat, com consolar;  
ser comprès, com comprendre;  
ser estimat, com estimar.




Perquè és  
donant que es rep;  
perdonant que s'és perdonat;  
morint que es ressuscita a la vida eterna.

# Lloança a Déu per la natura

	→  Infants	 Indiferent	/ Enric Puig i Jofra s.j. (Senyor, sóc un dels vostres petits)
---	---	--	---

Gràcies, Senyor,  
per la natura i els animals,  
i per l'arc de sant Martí  
que és tan bonic quan ha plogut;  
pel sol que dóna llum i escalfor,  
i que fa créixer les plantes;  
per la lluna i els estels  
que ens il·luminen en la nit;  
per l'aigua que dóna vida;  
pel foc que ens dóna escalfor,  
i per la intel·ligència dels homes i les dones  
i pels amics que ens estimen.

## En plena natura

	→  Infants	 Indiferent	/ És l'hora de parlar amb el Senyor. Catequesi d'infants. Caputxins de Sarrià
---	---	--	---





Gràcies, Senyor, perquè cada dia em visiteu amb una nova llum del cos i de l'Esperit.

Gràcies, Senyor, pel color de les flors.  
Gràcies pel cel blau i pel mar i la neu.  
Gràcies per la pluja i el vent.  
Gràcies per totes les coses maques que miro en aquest moment.

Gràcies, Senyor,  
perquè puc contemplar el vostre rostre reflectit en la mirada dels amics,  
en la seva pau i en la seva tristesa,  
en la seva alegria i en el seu dolor.

Gràcies, Senyor,  
perquè junts mirem el món  
i perquè puc ser amic vostre.

# Gràcies als meus educadors

	→  Tothom	 Indiferent	 Enric Puig i Jofra s.j. (Senyor, sóc un dels vostres petits)
---	--	--	---





Senyor,  
en començar aquest matí et volem  
donar gràcies pels pares, amics,  
monitors i professors,  
que ens ensenyen a conviure,  
a comportar-nos i a estimar.

Perdó,  
perquè, a vegades  
ens portem malament amb ells.

Dóna'ns forces  
perquè, a vegades, no donem importància  
als seus esforços.



# Pare, ajuda'm a ser millor

	 Infants	 Indiferent	 Enric Puig i Jofra s.j. (Senyor, sóc un dels vostres petits)
---	---	--	--





Pare,  
perdó per les coses mal fetes que he fet:  
donar puntades de peu,  
fer enfadar els monitors,  
fer enfadar els meus amics,  
per les paraulotes que he dit.

Gràcies, per les coses ben fetes:  
ajudar un company,  
deixar el meu material en els tallers,  
ajudar els altres,  
deixar jugar a tothom.

Pare, fes que cada dia les coses vagin millor.  
Ajuda'm a comprendre els altres  
i dóna'm la força d'estimar.

Ajuda'm a superar les meves equivocacions.

# El món com una gran colònia

	 Joves	 Indiferent	 Miquel A. Ferrés
---	---	--	--

Senyor, que n'és, de bonic, viure junts a colònies...

Nosaltres voldríem que tot el món, cada dia, fos una gran colònia i que Tu fossis el monitor.

Al matí, la gent no s'aixecaria per força com ara. Tindria motius per esperar l'albada amb il·lusió, perquè a colònies cada dia és nou, esperat, sorprenent, il·lusionat, viu...

El treball angoixat de les persones d'aquest país esdevindria un gran joc. Un gran joc ple d'al·licients en el qual no hi hauria vencedors ni vençuts perquè les mans fines i les rugoses s'encaixarien en un compromís de joc net.





La recerca apassionada d'un moment de felicitat falsificada es convertiria en un clima permanent de felicitat veritable; la profunda felicitat que produeix viure un mateix esperit d'amor.

I, en comptes de la rutina i la monotonia, hi hauria al cor de cada u com un raig de llum que ompliria cada moment de creativitat, d'esforç, de pau...

Al capvespre, el sol es pondria discretament, bellament i els homes s'asseuriem en rotllana, agermanats, a l'escalfor d'un etern foc de camp, disposats a compartir i estimar.

Senyor, ajudeu-nos a fer d'aquest món una gran colònia.

# Els infants aprenen allò que viuen

	 Infants i Joves	 Indiferent	 Pòster editat per Filium. Traducció Joan Busquets
---	---	--	--

Si un infant viu CRITICAT,  
aprèn a CONDEMNAR.

Si un infant viu amb HOSTILITAT,  
aprèn a BARALLAR-SE.

Si un infant viu AVERGONYIT,  
aprèn a SENTIR-SE CULPABLE.

Si un infant viu amb TOLERÀNCIA,  
aprèn a ser TOLERANT.

Si un infant viu amb ESTÍMUL (ENCORATJAMENT),  
aprèn a CONFIAR.

Si un infant viu APRECIAT,  
aprèn a APRECIAR.





Si un infant viu amb EQUITAT,  
aprèn a ser JUST.

Si un infant viu amb SEGURETAT,  
aprèn a tenir FE.

Si un infant viu amb APROVACIÓ,  
aprèn a ESTIMAR.

Si un infant viu amb ACCEPTACIÓ i AMISTAT,  
aprèn a TROBAR AMOR en el món.

# Anar de colònies

	 Infants i Joves	 Indiferent	 Ara preguem. Escola Pia de Catalunya
---	---	--	--

Jesús,  
avui he somiat que anàvem de colònies:  
fèiem amics,  
coneixíem altres infants.





Quin cel més blau que vèiem,  
i quantes estrelles hi ha en la nit!

Collíem flors,  
fruíem de l'ombra de molts arbres,  
bevíem aigua fresca de les fonts,  
i els ocells ens alegraven amb els seus cants.

I, quan tornàvem a casa,  
quantes coses podíem explicar als pares!

Jesús,  
fes que aquest somni sigui realitat.

# Comencem les colònies

	 Infants i Joves	 Indiferent	 D'un llibret de pregària del CIJAC
---	---	--	--




Senyor Jesús,  
hem deixat la nostra ciutat,  
els pares i els germans  
i altres persones,  
per compartir, durant un dies,  
en aquest lloc, les nostres alegries i serveis.

Volem conviure junts.  
Volem divertir-nos i fer divertir.  
Volem aprendre.

Us demanem que ens ajudeu a dur a terme  
això que ens proposem.

Potser en algun moment  
ens costarà i fallarem,  
però doneu-nos les forces suficients  
per tornar a reprendre aquest camí  
que avui ens proposem seguir.

## Crist no té...

	→  Joves	 Indiferent	/ Text del segle XIV
---	---	--	----------------------

Crist no té mans;  
només té les nostres mans  
per allargar-les a aquell  
qui ho necessita.

Crist no té peus;  
només té els nostres peus  
per caminar amb aquell noi  
o aquella noia que sempre caminen sols.





Crist no té llavis;  
només té els nostres llavis  
per consolar aquell qui està trist.

Crist no té ajuda;  
només té la nostra ajuda  
per ser portadors del seu missatge.

Nosaltres som l'últim missatge de Déu  
escrit en fets i en paraules.

Nosaltres som l'única Bíblia  
que la gent pot llegir encara.

# L'alegria i la festa

	 Joves	 Indiferent	 Antoni Mallol
---	---	--	---

Senyor ajuda'm a estar content,  
a fer que cada dia sigui una festa.

Dóna'm una ànima, Senyor,  
que contagii l'alegria  
per allà on passi.  
Una ànima que no conegui  
l'avorriment, ni el remugueig,  
ni el crit, ni la queixa.

Dóna'm Senyor, el sentit de l'humor,  
fes-me capaç de riure d'un acudit  
perquè sàpiga treure una mica  
d'alegria  
i contagiar-la als altres.

Fes-me Senyor, música  
perquè els qui estan tristos  
s'aixequin a ballar-la.





Fes-me Senyor, serpentina i confeti  
per vestir de mil colors  
als cares-llargues i avorrits.

Fes-me Senyor, fanalet  
per donar llum i calor  
als de cor solitari.

Senyor, fes que el meu cor  
salti i balli,  
rigui i canti,  
a la teva festa,  
la festa de l'AMOR  
entre tots els homes i dones,  
nens i nenes.

Senyor, si alguna vegada trobem  
algun noi o noia  
que no ens ofereix el seu somriure,  
ajuda'ns a ser generosos,  
ajuda'ns a donar-li el nostre somriure,  
perquè ningú no té tanta necessitat  
d'un somriure  
com aquell que no pot donar-ne  
als altres.

# Feu-nos actius i responsables

	 Joves	 Indiferent	 Missa familiar
---	---	--	--

Senyor,





Vós ens heu confiat la construcció del nostre món,  
que és també el vostre Regne.

Voleu que ens fem responsables  
i ens demaneu que hi siguem  
actius i creadors.

Gràcies, per la confiança que ens manifesteu;  
ajudeu-nos a produir  
fruits abundants per a bé  
dels nostres germans,  
i perquè vagi essent realitat  
el vostre Regne, aquí a la terra  
com ho és en el cel.







## Feu-me valent

	 Joves	 Indiferent	 Missa familiar
---	---	--	--





Senyor,  
Vós sempre vau ser autèntic.  
És difícil de ser-ho  
quan sabem que això  
ens pot conduir a la creu  
o ens pot fer perdre amistats.  
Quan Pere us volia convèncer  
perquè no anéssiu a Jerusalem  
on us havien de condemnar a mort,  
Vós us vau mantenir ferm.  
Feu-me valent  
com ho vau ser Vós davant Pere,  
per a dir “no” als qui voldrien  
allunyar-me del camí  
del deure i de la missió;  
feu-me fort per a portar amb amor  
la Creu de la fidelitat.

## Vós mireu el meu cor

	 Joves	 Indiferent	 Missa familiar
---	---	--	--





Senyor, Vós no us deixeu enganyar  
per la indumentària dels escribes  
ni pels bitllets dels rics;  
detesteu la pregària de l'orgullós  
i l'almoïna de l'autosuficient.  
Però acolliu i admireu  
l'ofrena de la viuda,  
la generositat del samarità,  
la pregària del publicà, el got d'aigua ofert per amor.  
Senyor, doneu-me un cor senzill i transparent  
perquè pugui actuar sempre  
amb un amor responsable i solidari.

# Vós mireu el meu cor, l'essencial

	 Joves	 Indiferent	 Missa familiar
---	---	--	--





Senyor,  
un cop més ens recordeu l'essencial:  
Estimar Déu i els germans  
amb tot el cor, amb tota l'ànima  
amb tota la vida.  
Les pregarries, sense amor,  
són paraules buides;  
les bones obres, sense amor,  
tenen poc valor;  
els sacrificis, sense justícia,  
us desagraden.  
Ajudeu-nos a abandonar els camins  
de la rutina espiritual  
i de les pràctiques sense amor;  
doneu-nos l'autenticitat de cor.

# Ja és hora d'aixecar-vos

	 Joves	 Advent	 Missa familiar
---	---	--	--





Senyor,  
l'Advent ens anuncia la vostra vinguda.  
Sou el germà que ve a casa  
per a portar-nos un missatge  
d'amor i de salvació de part del Pare.  
El nostre cor de fills  
hauria de bategar d'impaciència  
esperant la vostra vinguda.  
Però ja ho sabeu,  
estem tan aferrats a la terra,  
tan engegats per les coses materials  
i tan preocupats pel quotidià  
que ja no donem gaire importància  
a l'amor del Pare i a la Vida eterna.  
No us estranyeu si avui,  
com ara fa dos mil anys a Betlem,  
els de casa vostra,  
ens mostrem indiferents a la vostra vinguda.  
Veniu, truqueu a la nostra porta, desvetlleu-nos,  
perquè puguem comprendre i acollir  
l'amor i la vida del Pare  
que Vós ens porteu com a missatge  
de felicitat i salvació.

# Deixeu-nos somiar!

	 Joves	 Advent	 Missa familiar
---	---	--	--




Senyor,  
enmig d'un món marcat  
per la guerra, la injustícia i l'egoisme,  
tenim necessitat d'imaginar-nos  
una humanitat feliç i solidària;  
una humanitat basada en el respecte i en l'amor.  
Amb el profeta Isaïes,  
deixeu-nos somiar un món  
on el llop pugui conviure amb l'anyell,  
i el vedell amb el lleó;  
un món on no se sentin mai més els canons,  
on les persones ja no aprenguin cants de guerra,  
i on només ressonin cants d'amor i fraternitat.  
La vostra vinguda ens diu que això és possible  
si des d'ara ens decidim a seguir-vos  
pel camí de l'amor, del perdó i del do.  
Senyor, estem tan destrossats  
que, sovint, ja no gosem somiar l'esperança  
i ens costa creure en el vostre missatge.  
Doneu-nos el vostre Esperit  
perquè, des d'ara, sapiguem somiar  
un món de Vida i de felicitat per a la humanitat,  
el món que el Pare ens proposa i ofereix.

# Feu-nos forts i pacients

	→  Joves	 Indiferent	/  Missa familiar
---	---	--	--

Senyor,  
quan estic malalt,  
demano la salut al metge;  
quan estic trist i preocupat,  
busco reconfort i ajuda en l'amic.  
Avui vinc a Vós  
perquè m'ajudeu a ser una persona  
ferma, valenta i decidida.  
Vós coneixeu les meves febleses:  
febleses del cor,  
febleses de la voluntat,  
febleses del caràcter,  
febleses del cos,  
febleses de l'esperit.  
Veniu a guarir-les amb la força de l'Esperit.  
Doneu-me el desig de la lluita i de l'esforç;  
però, també, la paciència i la humilitat  
per acceptar-me feble i limitat,  
sense perdre mai l'esperança  
i sense abandonar la lluita.  
Senyor, feu-me costat, us necessito.

# Santa Maria, mare de Déu

	→  Joves	 Advent	/ Missa familiar
---	---	--	------------------

Senyor, és meravellós!

Una dona de la nostra terra és la vostra mare.

Ella us ha portat i us ha donat la vida;

us ha format en el caliu del seu amor.

El vostre cor ha bategat

al ritme del seu cor;

la seva sang corre per les vostres venes;

gràcies a ella sou de la nostra família

i, en Vós, nosaltres som de la família de Déu.

Maria,

mare de Jesús i mare nostra,

en Vós, els homes hem trobat Déu;

en Vós, Déu s'ha unit per sempre als homes;

en Vós, es realitza la salvació de la humanitat;

en Vós i per Vós, la vida eterna

és una realitat permanent.

Gràcies pel vostre "Sí" valent i decidit;

gràcies per la vostra confiança en Déu;

gràcies per la vostra disponibilitat salvadora.




Doneu Jesús, el vostre fill, a la humanitat

encara que molts no us reconeixin com a mare

i restin indiferents a la presència del vostre fill.

Santa Maria, mare de Déu, pregueu per nosaltres!

# Sortosos els qui compten amb nosaltres

	→  Joves	 Indiferent	/ Bienaventuranzas del Atardecer - Antonio Alonso
---	---	--	--

Sortosos aquells que, en trobar-me,  
em somriuen, i em regalen un minut del seu temps.

Sortosos aquells que mai no em diuen:  
aquesta història ja l'has explicada mil vegades!

Sortosos aquells que s'adonen  
com la meva vista s'enterboleix  
i són lents els meus reflexos.

Sortosos aquells que saben fer-me reviure,  
tot evocant-los els meus records més bonics.

Sortosos aquells que escolten sense molèsties  
que la meva oïda ja és ressaquera per a escoltar el seu vers.

Sortosos aquells que em guarden al seu costat  
i recorden que segueixo estant viu,  
que m'han estimat com sempre,  
i que algú encara pensa en mi.

Sortosos aquells que encara respecten  
aquests peus i aquestes mans, ja mig morts.





Sortosos aquells que truquen a la meva porta  
en la soledat de la residència o de l'asil.

Sortós tu, germà, amic, persona,  
que em portes flors el dia de l'aniversari.

Sortosos tots aquells que des del llevant de la vida,  
ens envieu, malgrat només sigui una salutació,  
a aquells que caminem petjant ja, amb ansietats, l'altra riba;  
aquells que us esforceu per a entendre i fins ens envieu  
un gest de pietat... i potser un petó.



## Jo havia demanat...

	 Joves	 Advent	 Text anònim, gravat sobre una placa de bronze en un Institut de Readaptació de Nova York
---	---	--	--

Jo havia demanat a Déu la força per obtenir l'èxit.  
Ell m'ha fet feble fins que aprengui humilment a obeir.

Jo havia demanat la salut per fer grans coses.  
Ell m'ha donat la malaltia perquè faci coses millors.

Jo havia demanat la riquesa per poder ser feliç.  
Ell m'ha donat la pobresa perquè pugui ser assenyat.

Jo havia demanat el poder per ser apreciat per les persones.  
Ell m'ha donat la feblesa a fi que senti necessitat de Déu.

Jo havia demanat un company a fi de no viure sol.  
Ell m'ha donat un cor a fi que pugui estimar tots els meus germans.





Jo havia demanat coses que poguessin alegrar la meva vida.  
Jo he rebut la vida a fi que em pugui alegrar de totes les coses.

No he rebut res del que havia demanat  
però he rebut tot allò que havia esperat.

Malgrat jo mateix,  
les meves pregàries no formulades han estat escoltades.

Jo sóc, entre les persones, la més abundantament omplerta.

# Si trobéssim el temps...

	 Tothom	 Indiferent	 A pesar de todo... Ed. Sal Terrae
---	--	--	--

Si trobéssim el temps  
per escoltar la música de les coses  
i la respiració dels éssers...





Si trobéssim el temps  
per aprendre de nou els gests  
senzills i espolsar la rutina de tots  
els replecs de la nostra ànima...

Si trobéssim el temps  
per encisar-nos i sorprendre'ns,  
i admirar tot allò de bonic, veritable,  
i bo que hi ha al nostre entorn...

Llavors, i només llavors,  
coneixeríem, potser, què significa  
VIURE!

# Gloria a Déu...

## Pau per a les persones!

	 Tothom	 Nadal	 Missa familiar
---	--	---	--





Avui, la màgia del Nadal i de l'Infant  
uneix el cel i la terra,  
Déu i les persones.

Però només els senzills,  
els qui tenen un cor de pobre,  
un cor que es meravella davant la vida!  
i saben escoltar el cant dels àngels,  
poden descobrir Déu  
en la fragilitat d'un infant,  
en la mirada serena d'una mare,  
en la música i en els estels...

Senyor,  
en aquest dia de Nadal,  
us demanem que ens doneu  
un cor senzill i transparent  
perquè us sapiguem veure i estimar  
en l'Infant que arriba al món,  
en la mare que acarona el seu fill,  
en el pare que estima la família,  
en el vell que confia en Vós.

Que en la nostra vida tot sigui  
un cant de glòria a Déu que ens estima  
i un cant de pau per a les persones,  
que Déu estima i ens confia,  
perquè, en el món,  
cada dia sigui NADAL!

# Cada dia podria ser Nadal

	 Tothom	 Nadal	 C'est Noël tous les jours, John Littleton - Missa familiar
---	--	---	---

És Nadal quan eixugues una llàgrima  
en els ulls d'un infant.

És Nadal en les mans del famolenc  
que rep un boc del teu pa.

És Nadal quan deixes caure les armes  
i fas néixer la pau.

És Nadal per als homes de totes les  
races  
que viuen la fraternitat.

És Nadal quan poses fi a una guerra  
i s'enllacen les mans.

Cada dia podria ser Nadal a la terra  
perquè Nadal, germans, és l'Amor.

És Nadal quan fas recular la misèria  
amb la teva generositat.

Cada dia podria ser Nadal a la terra  
perquè Nadal, germans, és l'AMOR.

És Nadal quan apareix l'esperança  
d'un amor més real.

És Nadal quan mor la mentida  
i reneix la fidelitat.




És Nadal quan el sofriment troba  
la dolcesa de l'amistat.

Cada dia podria ser Nadal a la terra  
perquè Nadal, germans, és l'AMOR.

És Nadal en els ulls del pobre  
abandonat  
que visites a l'hospital.

És Nadal en el cor del marginat  
que acull a la teva llar.




## Volem reconciliar-nos amb Vós

	→  Tothom	 Indiferent	/ Missa familiar
---	--	--	------------------

Jesús, Vós ens estimeu molt.  
Per això us sap greu que no siguem bons del tot.  
Voleu que visquem contents i que siguem feliços.  
Sabeu que no ho podem arribar a ser,  
si no ens estimem de debò els uns als altres.

Avui venim confiats a demanar-vos perdó  
per les nostres manques d'amor.  
Volem reconciliar-nos amb Vós i amb els germans.  
Ajudeu-nos a ser millors cada dia.





# Gràcies, Jesús perquè no us canseu mai de nosaltres

	→  Tothom	 Indiferent	/ Missa familiar
---	--	--	------------------

Gràcies, Jesús,  
perquè no us canseu mai de nosaltres.  
Ens estimeu sempre, fins i tot quan pequem.  
Gràcies pel perdó que ens heu donat avui.

Ajudeu-nos a ser sempre bons amics vostres  
i a seguir el camí que ens proposeu.  
Ens volem esforçar per estimar  
el Pare del cel i els germans  
com Vós els estimeu.

# L'amor allibera i responsabilitza

	 Tothom	 Indiferent	 Ignasi Ribas
---	--	--	--

La llei pot fer cristians,  
però només l'Amor fa sants.

Els manaments tranquil·litzen,  
l'Amor responsabilitza.

Les normes donen seguretat,  
l'Amor és una aventura.

Els preceptes engendren passivitat,  
l'Amor és creador.

Les ordenances massifiquen,  
l'Amor personalitza.

Els decrets generen dependència,  
l'Amor ens fa lliures.





Les regles demanen compliment,  
l'Amor reclama iniciativa.

La legislació causa temor,  
l'Amor dóna confiança.

La llei ens divideix,  
l'Amor unifica.

Els preceptes tenen terme,  
l'Amor és infinit.

# Gràcies, Senyor

	 Tothom	 Indiferent	 Missa familiar
---	--	--	--

Gràcies, Senyor,  
per la natura que has creat,  
per la terra i el mar,  
per les muntanyes, les valls i els rius,  
per les persones que treballen la terra  
i recullen els aliments dels camps.

Gràcies, Senyor,  
pels animals que ens fan companyia,  
pel sol que ens dóna llum,  
pel treball que ens ajuda a viure,  
pels arbres que ens donen fruita,  
fusta i fulles que fan ombra.

Donem gràcies al Senyor, el nostre Déu,  
pels arbres de la terra i els peixos del mar,  
pel cel, l'aigua i el foc,  
per les fines herbes.

Donem gràcies al Senyor, el nostre Déu,  
pels estels i els núvols,  
per la mort i per la vida,  
pel vent, el sol i la lluna.

Donem gràcies al Senyor, el nostre Déu,  
que tot ens ho ha donat.





Gràcies, Senyor,  
perquè tothom té l'oportunitat de viure  
i de gaudir de les coses  
que tu ens proporciones.  
Et demano  
que els homes i les dones sapiguem  
contemplar i agrair això que ens  
dónes.

Senyor, et dono gràcies  
per les coses que ens has donat,  
la natura,  
les quatre estacions,  
el fruit de les plantes,  
l'amistat entre les persones,  
fins i tot entre els enemics.

Senyor, et dono gràcies  
perquè quan fem una cosa mal feta  
et podem demanar perdó.



# Perdó, Senyor

	 Tothom	 Indiferent	 Llibret de pregària del CIJAC
---	--	--	---





Perdó, Senyor,  
per la natura que trepitgem,  
pels rius que embrutem,  
per la bomba atòmica,  
pels diners que malgastem.

Perdó, Senyor,  
per donar-li més importància als videojocs,  
per fixar-nos en la marca dels texans,  
per l'enveja que tenim dels companys.

També us volem dir, Senyor,  
que no sempre ho fem malament.  
Sabem que tu, Senyor,  
ets feliç quan estimem els amics,  
quan no tirem papers a terra,  
quan no ens barallem amb els germans,  
quan sabem compartir el que tenim.

Ajuda'ns, Pare, a esforçar-nos  
i a millorar cada dia una mica més.

# Pregària a la mare de Déu

	 Joves	 Advent	 Llibret de pregària del CIJAC
---	---	--	---

Us demanem,  
mare de Déu i mare nostra,  
que sentim sempre la pau del Senyor.

Que la nostra mirada  
sigui sempre neta i clara.

Que els nostres llavis  
pronunciïn només  
paraules d'encoratjament.




Que el nostre caminar sigui ferm,  
i la nostra actitud valenta.

Que el nostre cor  
estigui sempre obert per estimar  
tothom.

Que els nostres passos ens dirigeixin  
cap allà on podem ser útils.

Que la nostra vida  
sigui radiant i generosa,  
com la vostra, Mare de Déu.

# Aprendre la lliçó de la creació

	→  Joves	 Indiferent	/ Libret de pregària del CIJAC
---	---	--	--------------------------------




Senyor,  
et demanem aprendre la lliçó  
de la teva creació:

El sol il·lumina totes les persones  
sense cap distinció.  
La pluja rega tots els camps.  
La neu cobreix les altes muntanyes.  
El mar toca totes les ribes.  
L'aire el respirem tots.  
Tu, ens ho has donat  
perquè en gaudim tots.

Senyor,  
per què nosaltres no fem igual?  
Per què ens dividim, separem,  
fem la guerra?  
Per què ens rebutgem per fets  
tan naturals com el color de la pell,  
la diferència de parla, les diferències de religions?

Senyor,  
que descobrim que tots som fills teus,  
i que Tu ens estimes sense fer cap diferència.  
Fes-nos més germans de tots.  
Fes-nos oberts i acollidors com  
el teu sol, la teva pluja, la teva neu,  
el teu mar i el teu aire.

# Gràcies d'aquest dia que s'acaba

	→  Joves	 Advent	/ Libret de pregària del CIJAC
---	---	--	--------------------------------




Gràcies d'aquest dia que s'acaba,  
gràcies d'aquesta nit que comença.

Avui hi ha gent que ha patit,  
Pare, dóna'ls un cop de mà...

Avui jo no he estat allò que hauria  
d'haver estat.  
Fes-me millor, Déu meu.  
Menys exigent amb els altres,  
més pacient,  
més fort,  
més veritable amb les meves paraules,  
més actiu amb els meus treballs,  
més rialler també,  
i que demà sigui més ferm que avui.

Gràcies d'aquest dia que s'acaba,  
gràcies d'aquesta nit que comença.

## Com jo, Jesús...

	→  Infants	 Indiferent	/ Libret de pregària del CIJAC
---	---	--	--------------------------------

Com jo, Jesús,  
tu has tingut calor,  
tu has fet grans caminades,  
has conegut els pescadors.





Com jo,  
t'ha agradat la nit  
dolça i tranquil·la.

Jo estic content de saber  
que has estat un home igual  
a tots els homes del teu país.

Jo estic content de conèixer-te,  
però m'agradaria saber més coses de Tu.  
Tu ja em coneixes, m'has cridat pel meu nom.

Ja que sóc el teu amic  
busco tot el que puc fer amb tu:  
Comparteixo.  
Dono.  
Perdono.  
Faig les paus.

# Pregària per a un dia d'esport

	→  Infants i joves	 Advent	 Llibret de pregària del CIJAC
---	---	--	---

Avui, Pare  
hem estat jugant  
i fent esport tot el dia.





Ha estat intens i cansat,  
però ens hi hem esforçat  
i ens hem divertit molt.

N'hi ha que han corregut força  
i d'altres que juguen a xarxa molt bé.  
N'hi ha que neden millor que els  
peixos  
i n'hi ha que els costa d'arribar...

Intentar guanyar aquestes proves  
és emocionant,  
però tot i així, Pare,  
el que més m'ha agradat  
ha estat el fet d'estar tots junts,  
animant-nos els uns als altres,  
dinant per equips,  
comentant la jugada...

Pare, et donem gràcies perquè dies  
com el d'avui ens ajuden a fer nous  
amics.  
Fes que a partir d'ara no ens costi tant  
relacionar-nos amb tothom.

# Pregària per a viure units




	 Infants	 Indiferent	 Llibret de pregària del CIJAC
---	---	--	---

Pare,  
tu ens vares dir que estiguéssim units,  
però nosaltres no ho vàrem entendre i  
encara no ho hem entès.

Moltes vegades volem fer la nostra.  
Som egoistes i els altres ens fan nosa.  
Som creguts i orgullosos i els altres ens sobren.  
Som individualistes i ens agrada anar sols.

Avui et demanem  
que ens ajudis a viure units,  
a saber comptar amb l'altre,  
a no fer les coses sols,  
a compartir-ho tot.

# Lloat siguis, Senyor meu

	→  Joves	 Indiferent	/ Libret de pregària del CIJAC
---	---	--	--------------------------------

Lloat siguis, Senyor meu,  
per tot allò que ens dónes:

Pel sol, que fa el dia i ens il·lumina.

Per la lluna i els estels que són  
un signe brillant i clar de la teva  
presència en la fosca nit.





Pel vent i pel foc.

Per l'aigua i per la terra que ens nodreix,  
ens dóna fruits variats, flors i arbres.

Lloat siguis, Senyor meu,  
per estar sempre enmig nostre.



# Pregària per a tots els nois i noies

	 Joves	 Indiferent	 Llibret de pregària del CIJAC
---	---	--	---




Senyor,  
aquesta pregària serà curta,  
però em sembla que et quedarà ben clar  
el que et vull demanar.

Et parlo de tu perquè et tinc molta confiança,  
i sóc amic teu, encara que per a tu potser no sóc res.

Jo voldria que tots els infants  
tinguessin la mateixa sort  
de tots els qui som aquí,  
i recorda que a vegades ens queixem  
de tenir poques coses  
i no pensem en aquells infants  
que no tenen ni una casa humil!

Senyor, que així sigui!

## D'ençà que t'he trobat

	→  Joves	 Indiferent	/ Text trobat damunt del cos d'un soldat americà en el desembarcament a Àfrica del Nord durant la Segona Guerra Mundial.
---	---	--	--





Escolta, Déu meu.  
Els em van dir que tu no existies pas  
i com un beneit m'ho vaig creure.  
L'altra tarda, des del fons d'un forat  
d'obús  
vaig veure el teu cel...  
Tot de cop vaig comprendre  
que m'havien dit una mentida.  
Si m'hagués entretingut més a mirar  
les coses que has fet  
hauria vist ben clar que aquella gent  
refusava d'anomenar a un gat, gat.

Jo em pregunto, Déu, si consentiries  
a agafar-me la mà.  
I, tanmateix, endevino que tu ho  
comprendràs.  
És curiós que m'hagi estat necessari  
de venir  
a aquest lloc infernal  
abans de tenir temps de veure  
el teu rostre.  
Jo t'estimo terriblement:  
vet aquí el que vull que sàpigues.

Hi haurà aviat un combat horrible.  
Qui sap? Potser arribi a casa teva  
aquest vespre mateix...  
No hem estat camarades fins avui  
i em pregunto, Déu meu,  
si m'esperaràs a la porta.  
Tu, mira, estic plorant.  
Jo, vessar llàgrimes.  
Ah! si t'hagués conegut més aviat...

Bé, anem, cal que me'n vagi.  
És curiós, d'ençà que t'he trobat  
ja no tinc por de morir.  
A reveure!

# Pare Nostre

	 Joves	 Indiferent	 Enric Puig i Jofra s.j. (Senyor, sóc un dels vostres petits)
---	---	--	--

Pare nostre  
que vols ser el nostre amic!

Dóna'ns força per ajudar  
els qui ho necessiten.

Ajuda'ns a fer el bé.  
No ens abandonis.

Dóna'ns força  
per estimar tothom.

Dóna'ns, també, treball.  
Ajuda'ns a saber compartir.




Perdona'ns per les coses  
que hem fet malament,  
així com nosaltres hem de perdonar  
els qui ens fan mal.

Ensenya'ns a seguir el camí de Jesús,  
a no ser egoistes,  
a no barallar-nos amb els amics.

No ens deixis sortir del camí del bé.

Amén.

## Pare Nostre (II)

	→  Joves	 Indiferent	/ Enric Puig i Jofra s.j. (Senyor, sóc un dels vostres petits)
---	---	--	--

Pare nostre!

Jo sóc fill teu i germà de tothom.  
Tu estàs amb tots nosaltres.

Sigui lloat, adorat i respectat el teu nom.

Sigui sempre amb nosaltres el teu esperit,  
d'amor, de bondat i de pau.

Ajuda'ns a fer el que tu vols,  
sempre i en tot lloc.

Perdona'ns el mal que fem  
als nostres germans.

Ensenya'ns a perdonar els altres  
com ho fas tu.

Ajuda'ns a esforçar-nos a ser bons  
i allunya'ns del mal, de la malaltia,  
de l'odi i de l'enveja.

Amén.



[www.peretarres.org/mcecc](http://www.peretarres.org/mcecc)

Amb la col·laboració de la Direcció General d'Afers Religiosos  
del Departament de Governació i Relacions Institucionals

  
Generalitat de Catalunya  
Departament de Governació  
i Relacions Institucionals

 **FUNDACIÓ  
PERE TARRÉS**

 **FUNDACIÓ  
VERGE BLANCA  
DE LLEIDA**

 **FUNDACIÓ  
SANTA MARIA  
DE SIURANA**

 **de COLÒNIES  
I ESPAIS del  
BISBAT de  
TORTOSA**

