

Invitació de Càritas per a **PREGAR** personalment, en Família, o en Comunitat. Us proposem unir-vos a l'oració de Càritas per a resar junts (o units en esperit des de la distància), per a ser cada vegada millors instruments en mans de Déu, que fan visible i palpable la Caritat i la Fraternitat allà on estan.

Comencem posant-nos en presència del nostre Pare-Mare Déu que ens ha engendrat, del seu Fill Jesús que no deixa de donar-nos Vida Ressuscitada, i de l'Esperit Sant que ens envolta i guia donant-nos força. Deixem un temps assossegat per a poder percebre aquesta presència en el silenci del nostre cor. Després, llegim aquest text inspirat en la Paraula de Déu, i deixem un temps de silenci per a escoltar el que ens vol dir.

**No m'heu escollit vosaltres a mi; sóc jo qui vos he escollit a vosaltres i vos he confiat la missió d'anar per totes parts i donar fruit, i un fruit que dure per sempre. (Jn 15,16)**

(L'única intencionalitat de les oracions que venen a continuació és que, després de llegir-les, t'ajuden a crear SILENCI en el teu interior. Et porten a SILENCIAR la teua ment... i posar-te en actitud d'ESCOLTA CONTEMPLATIVA, fixos els ulls en AQUELL que t'HABITA).

**Llig amb calma aquestes dues oracions, sent el que t'inspiren en el teu interior... para't en aquelles paraules o frases que t'"atrapen", fes-les teues i ora des d'elles...**

## 1. Déu ens va elegir

Déu ens va elegir  
per mostrar-nos uns a altres  
el rostre de l'amor de Déu.  
Som el vocabulari de Déu;  
paraules vives  
per donar veu a la bondat de Déu  
amb la nostra pròpia bondat,  
per donar veu a la compassió, la tendresa,  
la sol·licitud i la fidelitat de Déu  
amb les nostres pròpies.

Leo Rock, sj

## 2. Tu m'envies

Vull ser Pare, les teues mans, els teus ulls, el teu cor.  
mirar a l'altre com Tu el mires:  
amb una mirada desbordant d'amor i de tendresa.  
Mirar-me a mi, també,  
des d'eixa plenitud amb que Tu m'estimes,  
em crides i m'envies.

Ho vull fer des de l'experiència del do rebut  
i amb la gratuïtat de la donació senzilla i quotidiana  
al servei de tots, en especial dels més pobres.  
Envia'm, Senyor, i dona'm constància,  
apertura i proximitat.

Ensenya'm a caminar  
en els peus de qui acompanye i m'acompanya.  
Ajuda'm a multiplicar el pa i curar les ferides,  
a no deixar de somriure i de compartir l'esperança.  
Vull servir configurat amb tu en la teua diaconia.  
Gràcies per les empremtes de tendresa i compassió  
que has deixat en la meua vida.

En la teua Paraula  
trobe la Llum que m'il·lumina.  
En l'Oració, l'Aigua que em fecunda i purifica.  
En l'Eucaristia,  
el Pa que enforteix la meua entrega i em dona Vida.  
I en la meua feblesa, Senyor,  
trobe la teua força cada dia.



Llig pausadament aquests deu versicles trets dels salms. Deixa que cada un ressoni en el teu cor. Dona't un temps per escoltar en el teu silenci, el que cada un d'ells t'inspira.

### 3. Versicles per posar-me en les seues mans

- **El senyor és el mur que protegeix la meua vida: qui em pot espantar?**
- **Feliç l'home que confia en el Senyor.**
- **Per a mi, és bo d'estar prop de Déu.**
- **El meu cor se sent animat, Senyor, perquè tu ets amb mi.**
- **Senyor, en les teues mans pose la meua vida.**
- **Tu ets el meu Déu i Salvador, en tu espere sempre.**
- **Senyor, ets la meua esperança.**
- **Reposa només en Déu, ànima meua; d'ell em ve tota esperança.**
- **Senyor, tu ets enmig de nosaltres: el nostre cor no té por.**

Després d'haver orat amb aquests versicles, fem nostra aquesta pregària:

#### 4. Escoltar-te sempre

Senyor, Tu tens una crida per a mi; comptes amb mi per a una missió i no esperes a que siga perfecte/a perquè comence a caminar. Per això et busque en el silenci, no per aïllar-me del món, sinó per descobrir en la pregària com vols que servisca els meus germans/es.

Ensenya'm, Senyor, a distingir la teua veu enmig de tants sorolls; que no deixi mai d'escoltar-te ni de respondre't amb la meua vida.

Fes que així, molts en tota la Terra, ens convertim en protagonistes d'eixa història única d'amor que vols escriure amb mi i amb tots.

Senyor: que, guiats per la teua crida, i acompanyats en la nostra comunitat de Fe, ens deixem ajudar per la teua gràcia, que tot ho venç i transforma.

El més important no és... que jo et busque, sinó que Tu em busques en tots els camins. El més important no és... que jo et cride pel teu nom, sinó que Tu tens tatuat el meu.

**Podeu ara dedicar un temps llarg per fer oració contemplativa davant una icona de Jesús. I per acabar aquest moment de pregària, podem compartir amb els qui estan amb nosaltres, alguna cosa viscuda en aquest espai, fer alguna acció de gràcies, alguna petició. I concloure amb el Parenostre.**

(El més valuós de l'oració no és el que li dius a Jesús, sinó el que ESCOLTES que Ell et diu al cor... el SILENCI que es crea en tu. Que aquest moment t'ajude a això... i produïska els seus fruits... **"per a això serveix l'oració, perquè nasquen sempre obres, i més obres..., per tindre forces per servir"** (Sta. Teresa de Jesús, Séptimas Moradas).