

Benvinguts tots i totes al tret de sortida de la Pasqua 2010. Tens a les teves mans el document marc i la primera tramesa de preparació. Amb aquest enviament encetem un camí que recorrerem tots plegats i que ens portarà a les Avellanes de l'1 al 4 d'abril de 2010.



Amb Crist, un cor 100% nou. Aquest és el lema per a la Pasqua 2010. La novetat de l'Evangeli i la trobada amb el Déu de Jesús és un repte a viure la vida amb intensitat, donant-se, gaudint, estimant al 100%. Cors joves, cors nous per a no restar passius, per comprometre's a transformar el món...



Aquestes propostes que reps pretenen preparar-te amb el suggeriment de seguir un itinerari a partir de les paraules del lema i amb la inspiració del "document marc de la Pasqua 2010". Et convidem que les puguis treballar tant personalment com en grup. Totes les dinàmiques que hi trobaràs són ben obertes. Pretenen ajudar i inspirar més que paucar, sigues lliure per incorporar altres aspectes sobretot si les dinàmiques es fan en grup. Si tens algun suggeriment, no dubtis a fer-nos-ho saber.

Les trameses que reps en format paper també les trobaràs disponibles a la pàgina web de la pasqua: <http://www.maristes.org/pasqua/avellanes>. Si no l'has rebut en paper i t'interessa rebre-la, escriu-nos un correu electrònic i te la farem arribar: pasquavellanes@maristes.cat.

Endavant, capbussa't en la tramesa i anima't a viure la vida amb sentit, que et doni esperança en el teu dia a dia. Saps que som molts i moltes que fem camí amb tu.

L'equip de Pasqua 2010

1

1a dinàmica: «UN». Pren consciència de «tu mateix/a», de la teva realitat, del teu grup, del teu camí de preparació a la Pasqua.

- 1 Llegeix i reflexiona el «**Document Marc de la Pasqua 2010**». Per fer-ho pren-te un temps per fer-ne una lectura en profunditat. En acabar la lectura, pots respondre aquestes preguntes i compartir-les amb el teu grup.
 - Quines frases o expressions et criden més l'atenció?
 - Des de la teva realitat, des del que vius en l'actualitat, què vol dir per a tu «un cor 100% nou»?
 - Com vols preparar la Pasqua 2010?

- 2 Obre aquest enllaç del «youtube» i mira el vídeo: <http://www.youtube.com/watch?v=0oRXI7qQuy4&feature=related>

Aquesta animació que es titula «**The potter**» (el terrissaire) pot tenir moltes lectures. Et proposem que, després de veure el vídeo, escriguis o comparteixis tot el que ha suscitat en tu en relació amb el que vius, sents i el que has pogut reflexionar a partir de la lectura del «**Document Marc de la Pasqua 2010**».





2a dinàmica: «COR». Com tens el teu cor?

El cor ha estat, des de sempre, una imatge plena de significats. Entre molts d'altres, l'associem amb l'afectivitat i amb l'amor, amb el bressol de les emocions i dels sentiments, amb el motor de la vida...

Com és el teu cor?

Com veus el cor dels altres, de la societat?

Et proposem que responguis aquestes dues qüestions triant un dels cors que tens a continuació.



Com t'agradaria tenir el cor?

Fes-ne un dibuix i comenta'l amb el teu grup.

Un cor tot nou...

Pots acabar aquesta dinàmica preguntant (personalment o en grup) tot escoltant o cantant aquesta cançó.

La pots trobar a la web de Pasqua: <http://www.maristes.org/pasqua/avellanes> (Secció: pasqua.doc)

Un cor nou

Maurice Goutagny i Miquel Cubeles

Senyor Jesús, tu ets amb nosaltres,
prou saps com som i el que ens convé;
estem oberts a l'Esperit
i que ell transformi els nostres cors;
cerquem en tu força i alè
per construir junts un món nou.

Som sembradors de l'Evangeli,
al cor del món, poble de Déu.
Els ulls oberts i les mans lliures
per acollir els teus dons, Senyor,
i com Maria i Marcel·lí
lliurem a Déu tot el que som.

Tu ens vols presents enmig dels joves,
pobres, petits, ben estimats;
dóna'ns Senyor la teva pau,
la llum, l'amor per compartir.
No tenim por si tu ets present,
confiem en tu Senyor Jesús.

La Bona Mare ens acompanya
i som germanes, som germans.
Units a tu, Senyor Jesús
sentim la crida a caminar
per construir el Regne nou,
un món més just i més humà.

DÓNA'NS UN COR FRATERN I ALEGRE,
BEN GENERÓS PER ESTIMAR.
UN COR TOT NOU A LES MANS TEVES,
OBERT ALS JOVES I ALS INFANTS.

DÓNA'NS UN COR FRATERN I ALEGRE,
BEN GENERÓS PER ESTIMAR.
UN COR TOT NOU A LES MANS TEVES.
GRÀCIES SENYOR PER L'ESPERIT



100%

3a dinàmica: «100%». Les coses més importants no són coses...

Viure al 100% és treure a la vida el seu màxim «rendiment», viure a fons, valorar el que és important de debò, viure amb intensitat,... Et proposem una imatge i dos textos per la reflexió i pregària. Els hem extret de tres llibres que, des de diferents àmbits, et poden ajudar a viure al 100%.

Una imatge:



Siro LÓPEZ, *Contenedor de silencios*, Ed. KHAF-Edelvives, Saragossa, 2009.

Text 2: Les claus de la «r-evolució»

1. **LA CRISI ÉS VIDA.** Si no vius situacions crítiques és que estàs mort.
2. **RELATIVITZA.** El que ara sembla terrible, demà pot ser una benedicció.
3. **TRANSFORMA'T.** El canvi ve de fora cap a dins; la transformació, de dins cap a fora.
4. **PROGRESSA AMB LA CRISI.** Desenvolupa la teva capacitat crítica i el teu criteri.
5. **CREA I PENSA DIFERENT.** Sigues un rebel constructiu.
6. **SUPERA'T A TU MATEIX.** La crisi et pot ajudar a extraure el millor de tu.
7. **CULTIVA L'OPTIMISME REALISTA.** El destí és allò que et passarà si no fas res per canviar la teva realitat.
8. **SIGUES ÍNTEGRE.** Compleix el que promets i predica amb l'exemple.
9. **TROBA UN SENTIT AL DOLOR.** Completa el que has perdut amb el que crearàs a partir d'ara.
10. **ESTIMA I FES.** La vida té sentit per l'amor i la bellesa que siguem capaços de crear.

Álex ROVIRA, *La Buena Crisis*, Santillana, Madrid, 2009.

Text 1: ¿Vale la pena vivir?

Seguro, Carlos, que más de una vez has oído y, posiblemente tú mismo hayas pronunciado aquella frase que dice: "La vida es un asco" u otra cosa que no vale la pena repetir. Estoy convencido de que, cuando pronunciamos esta frase, lo hacemos movidos por un cierto pesimismo que predomina en nuestras vidas o porque nos acaba de suceder un contratiempo que no esperábamos.

Yo creo, Carlos, que, mientras esta reacción sea esporádica y momentánea, fruto mas bien de un impulso emocional que de un convencimiento racional, no nos debe preocupar en absoluto. Curiosamente las personas solemos descargarnos en un momento de obcecación contra aquello que más queremos y valoramos: lo hacemos contra los padres, contra una persona que queremos de manera especial y, en el caso que nos ocupa, contra la vida, precisamente porque la consideramos un valor inigualable.

Porque la vida, Carlos, no es un valor o una cosa más de las que forman nuestra existencia cotidiana. Ella es la misma existencia que aguanta y sostiene todos los actos de nuestro quehacer cotidiano.

Yo ahora no voy a entrar en cuestiones de creencias o religiosas sobre el hecho de si la vida es un don o la hemos recibido de Dios o de algún ser superior, o si por el contrario, somos fruto del azar o del destino. Lo que es cierto, Carlos, es que en este momento tú y yo, y todos los hombres y mujeres del mundo, no somos ni una posibilidad ni tampoco una hipótesis, sino una realidad contante y sonante, como se suele decir vulgarmente. Y por tanto, si es realidad, habrá que afrontarla con todo lo que comporta y significa momentos de ilusión y de alegría, pero también de fracaso y de sufrimiento.

Así, pues, yo te diría, Carlos, que en general no escatimes ningún esfuerzo ni sacrificio para conseguir una vida plena para ti y para los demás, lo cual quiere decir que debes esforzarte por valorar tu vida en todas las dimensiones que esta presenta; concretamente en estas dos, que pueden ser como una especie de resumen global de la misma, y que son la dimensión física y la espiritual o psicológica, procurando buscar el verdadero equilibrio entre ambas para conseguir ser una persona cargada de felicidad y transmisora de la misma.

Yo creo además, Carlos, que en la medida que valores tu vida, te darás cuenta que también debes valorar la de los demás, en el sentido de hacer todo lo posible para aportar desde tus posibilidades todo lo que a los otros les hace falta para conseguir el mismo propósito que tú, que no es otro sino el de ser felices.

Juan ZAPATERO, *Cartas a mis alumnos. Educar en valores*, Ediciones STJ, Barcelona, 2009.

NOU

4a dinàmica: «nou». Les ulleres

Et proposem una dinàmica per fer-la en grup. Us ajudarà veure la realitat d'una manera nova, amb uns altres ulls. Per fer aquesta dinàmica podeu utilitzar unes ulleres fictícies o en podeu construir unes de cartolina.



Desenvolupament de la dinàmica: Aquestes ulleres són de...

Algú del grup planteja: "Aquestes són les ulleres de la desconfiança. Quan porto aquestes ulleres sóc molt desconfiat. Vol algú posar-se-les i dir què hi veu amb elles, què pensa de nosaltres?". Els membres del grup es van passant les ulleres i van dient què hi veuen.

Després d'una estona, les ulleres poden canviar. Per exemple: les ulleres de la "confiança", del "que es queixa sempre", del "jo ho faig tot malament", del "tots m'estimen" i del "ningú m'accepta"... (es poden afegir altres tipus d'ulleres segons la creativitat o les necessitats del grup).

Al final de la dinàmica, cadascú pot expressar com s'ha sentit, amb quines ulleres li ha costat més veure la realitat, quines han estat les més còmodes...

Adaptada d'Oriol RÀFOLS i equip, *Educar en la recerca de sentit*, Salesians, Barcelona, 2009



5a dinàmica: moment d'interiorització i pregària

En la Bíblia escoltem el crit del profeta Ezequiel que diu: "Us donaré un cor nou i posaré un esperit nou dins vostre; trauré de vosaltres aquest cor de pedra i us en donaré un de carn" (Ez 36,26). Aquesta ha estat l'experiència de moltes persones, de molts joves, que s'han posat en camí, que s'han posat a somniar en un altre món, en una altra església, en un altre... possibles. Segur que tu també ho has experimentat algun cop: donar-te una altra oportunitat, sentir dins teu els batecs d'un cor nou, d'un cor de carn.

Et convidem ara que tot el que has pogut experimentar en el treball i la reflexió d'aquesta tramesa ressoni dins del teu cor.

Carta de Xina. Germà Alois, Carta de Taizé

La pots trobar a: http://http://www.taize.fr/es_article9564.html

Desig de Déu

I deixem despertar en nosaltres el més profund dels anhels: el desig de Déu! És cert que l'esperit d'admiració i d'adoració no és fàcil de mantenir quan les nostres societats valoren l'eficàcia immediata. És, però, en els llargs silencis on aparentment no passa res, que l'Esperit Sant treballa en nosaltres, sense que sapiguem com. Saber esperar... Ser-hi, senzillament, gratuïtament. Agenollar-nos, reconèixer que Déu és present. Obrir les mans en signe d'acolliment. Fer silenci ja és l'expressió d'un obrir-se a Déu. [...]

Compartir el que tenim

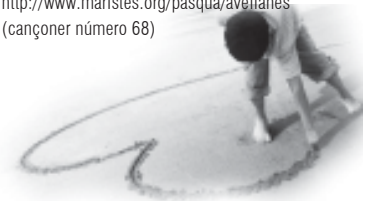
Deixar-nos treballar per la set de Déu no ens separa de les preocupacions del món que ens envolta. Ben al contrari, aquesta set ens empeny a fer l'impossible per tal que d'altres disposin dels béns de la creació i trobin alegria de viure. Triar entre els nostres desitjos, acceptar no tenir-ho tot, ens porta a no acaparar les riqueses per a nosaltres mateixos. Sant Ambròs deia ja al segle IV: "No li dones al pobre allò que és teu, sinó que li tornes el que és seu." Aprendre a no tenir-ho tot ens preserva de l'aïllament. La riquesa material va sovint acompanyada d'un tancar-se, amb una pèrdua de veritable comunicació. Poc caldria perquè fos d'una altra manera. [...] L'Evangeli ens crida a la senzillesa. Escollir la senzillesa obre el nostre cor a compartir i a la joia que ve de Déu.

Des del silenci del meu cor

Kairoi (A mà)

Cantaré una nova cançó
amb els ulls aclucats,
recordant sempre la teva bondat.
Descobrint que la teva veu
canta per dintre meu,
i que a prop sento la del meu germà.
Amb les mans buscaré les teves
que m'esperen fa temps,
i el meu crit trobarà descans en tu.
Des del silenci del meu cor.

La pots trobar a la web de la Pasqua:
<http://www.maristes.org/pasqua/avellanes>
(cançoner número 68)



SUGGERIMENTS I PROPOSTES

MÚSICA



Miguel
Mucha agua, mucha SED
<http://www.migueli.com>

CINEMA (DVD)



Un novio para Yasmina
Directora: Irene Cardoso (2008)
<http://www.unnovioparayasmina.com/>

IMPLICA-T'HI



Fòrum Social Català
30 i 31 gener 2010
Seu central de la UB
<http://fscat.blog.pangea.org/>



Estació d'enllaç
3r divendres de cada mes a les
22.00 h.
<http://www.delejovebcn.com/>



Cap de setmana per a joves a LES AVELLANES
27 i 28 de febrer
<http://www.maristes.org/pasqua/avellanes>



Camps de treball-missió SED
<http://www.maristes.org/sed/>
93 490 81 46

WEB

Canal solidario <http://www.canalsolidario.org/>

Catalunya religiós.cat <http://www.catalunyareligio.cat/>

Kairoi <http://www.maristes.org/kairoi>

canalsolidario.org

[Catalunya religiós.cat](http://www.catalunyareligio.cat)

[kai ro i](http://www.maristes.org/kairoi)