

## Fil de llum (Andreu Rifé)

Quan sento que tot s'ha acabat, que no sé aixecar el cap, que no tinc forces per continuar cap endavant,

quan sento que m'he fet petit, que ja no crec en mi, que el món continuaria igual si jo no fos aquí.



Llavors m'esforço a recordar la teva cara al meu davant, la meva orella escoltant la teva veu baixet parlant, dient que guanyar-me el destí només dependria de mi, i et vaig prometre prendre el repte a partir d'aquell instant.



Respira. Espera. Aixeca't sense pressa.  
Inspira. Refés-te. La vida, el món t'esperen.

Quan sento que no queda res pel que sempre he lluitat, i cau cada desig que m'ajudava a avançar,

quan sento que res té sentit, que el món està girat, que no sé com posar un peu a terra i recomençar.

<http://delegaciojovesbisbatgirona.wordpress.com>

 /jovesbgirona  
 @jovesbgirona

 @delegaciobgirona  
 Joves Bisbat Girona



## PREGÀRIA AMB JOVES

QUAN ENS SENTIM SOLS, ESTEM SOLS?

DELEGACIÓ DE JOVES - BISBAT DE GIRONA

## EVANGELI (Mc 14, 32-40)

Van arribar en un terreny anomenat Getsemaní, i Jesús digué als deixebles:

- Seieu aquí mentre jo prego.

Va prendre amb ell Pere, Jaume i Joan, i començà a sentir esglai i abatiment, i els digué:

- Sento a l'ànima una tristor de mort. Quedeu-vos aquí i vetlleu.

S'avançà un tros enllà, es deixà caure a terra i pregava que, si era possible, s'allunyés d'ell aquella hora. Deia:

- *Abba*, Pare, tot és possible; aparta de mi aquesta copa. Però que no es faci el que jo vull, sinó el que tu vols.

Després va cap a ells i els troba dormint. Diu a Pere

- Simó, dorms? No has estat capaç de vetllar una hora? Vetlleu i pregueu, per no caure en la temptació. L'Esperit de l'home és prompte, però la seva carn és feble.

Se n'anà una altra vegada i va pregar dient les mateixes paraules.

Després tornà i els trobà dormint: és que els ulls els pesaven. Ells no sabien què dir-li.

### CANT – JO TINC SET DE TU

Jo tinc set de tu, tinc set del teu amor.

Jo tinc set de tu, oh Font de Llibertat!



## FIL DE LLUM

Quan ens barallem amb els pares, quan un amic ens deixa de costat, quan sentim que res ens funciona, quan no ens entén ningú, quan no ens escoltem, quan no ens sentim acceptats, quan no ens sentim estimats, quan no som capaços d'assolir els nostres objectius, quan no trobem amb qui confiar, quan no ens sentim importants ni valorats, quan ens menteixen... En totes aquestes situacions, realment ens sentim sols, molt sols. Però realment no ho estem. Encara que no hi pensem, Jesús és amb nosaltres: no ens deixa mai de costat, ens escolta i ens entén, ens accepta tal com som i ens estima com ningú, confia en nosaltres i ens ajuda a confiar en nosaltres, ens valora i no ens menteix. Jesús està present en tots els moments, i ens fa sentir únics i especials.

### CANT – L'AJUDA EM VINDRÀ DEL SENYOR

L'ajuda em vindrà del Senyor,  
del Senyor el nostre Déu, que  
ha fet el cel i la terra,  
el cel i la terra.

### PARENOSTRE

#### CANT – JÉSUS MA JOIE

Jesús, ma joie, mon espérance et ma vie,  
Ma joie, mon espérance et ma vie.

*(Jesús, la meva joia, la meva  
esperança i la meva vida. La meva joia,  
la meva esperança i la meva vida)*

