

SETMANA 2

"PER COMBATRE LA DEPRESSIÓ I LA BAIXA AUTOESTIMA"

Senyor, porto una temporada fet pols, les coses no em surten com jo voldria i el meu cor està de baixa permanent. No faig més que donar voltes pensant en aspectes negatius de la meva existència.

De fet, quan em llevo i surto al carrer, ja sigui hivern o estiu, em fa la impressió que tots els núvols foscos del firmament s'han reunit entorn de la meva vida. Pare, Tu em coneixes i m'entens i saps de sobres que aquestes línies deprimides amb cal·ligrafia dolorida no són més que una prova de la meva escassa fe a poder sortir junts, Tu i jo, d'aquest compromís. Per això permet-me que la súplica que avui et faig no se l'endugui el vent i qualli profundament en El teu cor

Déu meu, perquè Tu m'acceptes tal com sóc,
ajuda'm a ser més indulgent amb mi mateix,
a centrar la meva atenció en tantes coses bones que Tu has posat en mi,
a mirar el costat bo dels meus errors,
a rebre les crítiques amb un somriure d'orella a orella.

Dóna'm, Pare bo i misericordiós, el teu Perdó
per allunyar els sentiments de culpa que tant assetgen la meva vida,
no em deixis tancar-me en les llàgrimes per posar remei als meus mals
i, encara que la vida sigui un arc de sant Martí que inclou també el negre,
presta'm les teves ulleres de colors.



REFLEXIONS SETMANALS PASQUA

ESO i Batxillerat

Curs 2012/13

Canvia la larva espantadissa en què he convertit la meva vida
en aquesta bella papallona que Tu,
amb tanta cura, vas modelar, pensant en mi,
i que jo segueixo obstinat a tallar-li les ales
impedint-li de volar i provar sensacions noves.

Senyor, d'avui no pasa...

A partir d'aquest mateix matí, esmozaré una quantitat tan gran de cel
blau

que em farà la impressió en tot moment
d'haver menjat un tros del teu Regne.

Perquè Tu no et mereixes un fill deprimit i de moral baixa
i perquè jo ja estic tip d'avorrir-te amb les meves penes...,
a partir d'avui quan senti que la tristesa colpeja la meva porta,
et cridaré i anirem junts a prendre'ns unes cerveses
i, com diuen els meus amics, a compartir junts unes rialles....

I encara que es tracti d'una oració,
permet-me que em comprometi a ensortir-me'n...
Així que, perquè consti i assoleixi els efectes oportuns,
signo amb un somriure de, almenys, mitja setmana....

José María Escudero