

EKAINAREN 15etik - 19ra



**SAKON
HAZI**
#ESPIRITUALITASUNA



LUNES - ASTELEHENA

Jun

15

Egun on, atzo, ekainak 14, Espainiako **Zeinu Hizkuntzen Egun Nazionala** ospatu genuen. Pertsona askok beren eskuak, keinuak eta aurpegi-adierazpenak erabiliz komunikatzen direla gogoratzeko eguna da. Zeinu-hizkuntzak hizkuntza pertsona gorrei komunikatzeko, ikasteko, lagunak egiteko eta komunitatearen bizitzan parte hartzeko aukera ematen diete.

Garrantzitsua da komunikatzeko moduak ezagutzea eta errespetatzea.

Minutu batez isilik egotera gonbidatzen zaituztet, hitzik egin gabe. Lagun bat agurtzen, eskerrak ematen edo poza adierazten saia zaitezke, aurpegiko keinuak eta adierazpenak soilik erabiliz.

Nola sentitu zarete hitzik gabe komunikatzean?
Zerk lagundu dizue besteak ulertzen?
Zergatik da garrantzitsua pertsona guztiek
komunikatzeko eta entzunak izateko modu bat izatea?



Otoitza

Jun
15

Jesus maitea,

Eskerrik asko elkarrekin komunikatzeko ematen dizkiguzun modu guztiengatik.
Lagundu iezaguzu pertsona guztiak errespetatzen eta ulertzen,
hitzeekin nahiz hitzik gabe adierazten direnean.

Ireki gure begiak eta gure bihotza,
besteen beharrak ikusteko eta lagun onak izateko.

Egin gaitzazu adeitsuak, pazientziadunak eta inklusiboak,
denok maitatuta eta entzunak senti gaitezen.

Amen.



¡Gracias!



Asteko ipuina: Fe y esperanza

Era una noche sin estrellas. El pueblo se había quedado sin electricidad, y la oscuridad parecía envolverlo todo. Pero un niño llamado Leo encendió una vela en la ventana de su casa. Pronto, otros niños lo imitaron. Poco a poco, todo el pueblo brilló con pequeñas luces.

Leo sonrió. Sabía que, como aquella vela, la fe y la esperanza iluminan incluso la noche más oscura, si se comparten.

Reflexión:

¿Qué hizo Leo cuando todo estaba oscuro?

¿Qué representa la luz de las velas?

¿Cómo puedes ser tú una luz para los demás?



Otoitza

Jun
16

Jesús,
gracias por ser nuestra luz
cuando tenemos miedo o todo parece oscuro.

Como Leo encendió una vela y ayudó a iluminar su pueblo,
ayúdanos a compartir la fe, la esperanza y el amor con los demás.

Haz que nuestras palabras y nuestras acciones
sean como pequeñas luces que alegren y acompañen a quienes lo
necesitan.

Quédate siempre con nosotros
y guía nuestros pasos cada día.

Amén.



Asteko balorea: Fedea eta itxaropena

Fedea Jainkoaz fidatzea da, gure begiekin ikusi ezin badugu ere. Maite gaituela, zaintzen gaituela eta beti gure ondoan dagoela sinestea da. Fedea bihotzean daramagun argi txiki bat bezalakoa da: pozik gaudenean, pozez distiratzten du, eta triste gaudenean edo beldur garenean, itxaropenez aurrera egiten laguntzen digu.

Batzuetan fedea Leoren istorioaren kandela bezalakoa da. Kandela bakar batek txikia dirudi, baina iluntasuna argitu dezake. Era berean, Jainkoaz fidatzen garenean eta besteekin maitasuna, alaitasuna eta laguntza partekatzen ditugunean, mundua leku argitsuagoa bihurtzen dugu.



Orain agenda ateratzeko unea da. Egin ezazu marrazki txiki bat zuretzat fedea irudikatzeko. Kandela piztua izan daiteke, edo fedea zuretzat ordezkatzeko duena.



Otoitza

Jun
17

Jesus maitea,

Eskerrik asko gure bihotzean pizten duzun fedearen argiatatik.
Lagundu iezaguzu Zugar konfiantza izaten,
batez ere beldurra edo tristura sentitzen dugunean.

Egin gaitzazu Leoren kandelaren antzeko argi txikiak,
maitasuna, poza eta itxaropena partekatzen dituztenak.

Amen.



JUEVES - OSTEGUNA



Pentsatu musikak nola sentiarazten zaituen. Batzuetan abesti batek poza ematen digu, lasaitu egiten gaitu edo barruan dugun zerbait ederra pizten du. Musika ezin dugu ukitu, baina sentitu egiten dugu. Fedearekin ere antzeko zerbait gertatzen da: ezin dugu ikusi, baina gure bihotzean senti dezakegu, bakea, indarra eta itxaropena emanaz.

Abesti polit bat entzuten dugunean, gure barrua argitzen dela ematen du. Fedeak ere hori egiten du: gure bihotza argitzen du, batez ere triste, urduri edo beldur gaudenean. Horregatik, musika eta fedea opari ederrak dira; biek laguntzen digute poza partekatzen, maitasuna zabaltzen eta Jainkoaren presentzia gertu sentitzen.

Gaur, abesti polit hau entzutean, gogoratu Jainkoak ere zuen bihotzean melodia berezi bat jarri duela: fedearen, maitasunaren eta itxaropenaren melodia.



Abestia



Otoitza

Jun

18

Jesus maitea,

Eskerrik asko musikaren eta fedearen opariagatik.
Abesti eder batek gure bihotza pozez betetzen duen bezala,
Zure maitasunak ere gure barrua argitu dezala.

Lagundu zure presentzia sentitzen,
bakea, indarra eta itxaropena behar ditugunean.

Egin ezazu gure bihotza maitasunez,
alaitasunez eta fedez betetako melodia izan dadin,
eta melodia hori besteekin partekatzen jakin dezagun.

Amen.



VIERNES - OSTIRALA

Mt 10, 26-33

Los amigos de Jesús a veces pasaban un poco de miedo, porque había gente que no quería mucho a Jesús, y que le quería hacer daño. Entonces Jesús les dijo que no tuvieran miedo. Que no se asustasen. Y que hablasen de la buena noticia que él anuncia sin temor, en público y con valentía. Les aseguraba que Dios, que es un Padre bueno, se preocupa de sus hijos. Y que Dios es más fuerte que la dificultad y hasta que la muerte. Les decía que Dios se preocupa de todas las criaturas de la creación, y también sabe todo de cada uno de nosotros. Y les invitaba a optar de verdad por ser amigos de Dios.

Jun
19



Otoitza

Jun
19

Cuando en mi vida me quede paralizado al no saber qué hacer...
Cuando vea a un compañero asustado y tenga dudas de acercarme a él...
Cuando vea situaciones injustas a mi alrededor...
Cuando no encuentre mis palabras para hablar de ti, Jesús...
Cuando me sienta vacío y solo...

...que tu palabra me ayude a vencer los miedos.

Amén.

