

Montserrat ofereix als joves un recés per preparar la Quaresma

Ds, 7/03/2015 per Catalunya Religió



(*Abadia de Montserrat*) El proper dissabte 14 de març el Monestir de Montserrat convida nois i noies de 20 a 35 anys a viure un dia de recés per preparar el temps Pasqual. El pare **Antoni Pou**, monjo de Montserrat, dirigirà aquesta jornada, que té com a objectiu fer una parada en l'estrès de la vida diària, per elaborar i integrar les vivències personals quotidianes, gestionar els sentiments, les crisis, i les il·lusions del propi cor.

El recés porta per títol *L'itinerari quaresmal: un camí cap a la joia*, i començarà a les 10.15 h amb uns exercicis de relaxació personal per obrir la ment a l'escolta de la Paraula. Després, els participants podran optar per assistir a la missa conventual o començar una reflexió personal a partir d'uns textos espirituals; a les 12 tindrà lloc la conferència, seguida d'una pregària comunitària. A la tarda, per als participants que ho vulguin, hi haurà la possibilitat de compartir en grup les reflexions que haurà suscitat la conferència. Finalment, Antoni Pou dirigirà una pregària en la qual s'ensenyaran algunes tècniques per pregar amb l'ajuda de la música, la relaxació i la concentració.

Aquest recés tindrà lloc a l'hostatgeria del Monestir de Montserrat i s'emmarca dins de les activitats pastorals que es realitzen periòdicament en aquest espai. El preu és de deu euros, que inclou el dinar al menjador de l'hostatgeria.

Els interessants a participar-hi poden [trucar a la comunitat](#) i demanar pel pare Antoni Pou.