

## **Avui, aturem-nos!**

Dc, 18/03/2020 per Maria del Mar A...

[Des de Sant Benet](#)

Avui és un nou dia. Els missatges incrementen la sensació de desbordament i por. La resposta normal és posar-nos a córrer (però on?) o tancar-nos.

I avui em proposo aturar-me. Buscar una estona (o més) en el meu dia, i respirar a fons i deixar-me sostenir per la terra que em recolza. Déu, la força de la Vida ens sosté des de baix, des de dins. Déu sempre ha estat amb els petits, amb la gent senzilla, actuant en la història des de baix, donant forces des de baix. Avui, busco un moment per respirar i “baixar” dins meu, deixar anar la tensió i descansar en aquest ara que m’abraça. Si, em pot ajudar imaginar-me sentir-me abraçada. La Vida és molt més gran que jo, deixar-me sostenir per Ella una estona (o més) al dia m’ajudarà a descansar i carregar les piles de l’amor i de la vida. Des d’aquí tornaré a començar i estaré més a prop de les persones que estan patint més.

Avui, aturem-nos un moment! I veurem que juntes, junts, ens en sortirem!