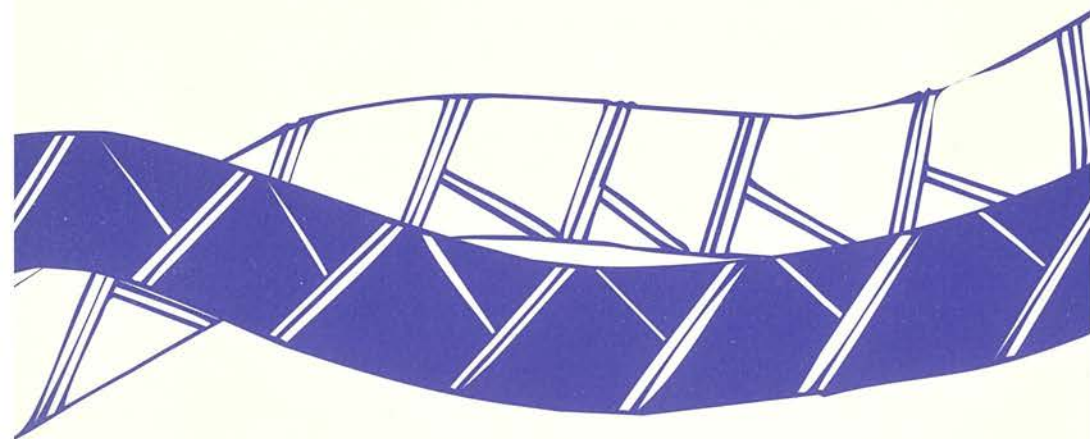


M. Carme Agustí i Barri

# AUTOCONEIXEMENT I EXPERIÈNCIA DE LA BONDAT DE DÉU: LA PREGÀRIA



**QUADERNS**  
IREL  
Institut  
superior de  
ciències religioses  
de Lleida  
2007 **18**



M. CARME AGUSTÍ I BARRI

**AUTOONEIXEMENT I  
EXPERIÈNCIA DE LA BONDAT  
DE DÉU: LA PREGÀRIA**

**QUADERNS**  
IREL  
Institut  
superior de  
ciències religioses  
de Lleida  
2007 **18**

© M. Carme Agustí i Barri

Edita: Institut Superior de Ciències Religioses de Lleida - IREL  
C/ Canonge Brugulat, 22 - 25003 Lleida - Tel./fax 973 28 15 38

Primera edició: juny de 2007

Dipòsit legal: L-869-2007

Imprès a Arts Gràfiques Bobalà, S L  
C/ Sant Salvador, 8 - 25005 Lleida

*“El quid de la pregària no consisteix a  
pensar molt, sinó a estimar molt”*

SANTA TERESA DE JESÚS



## Introducció

Pregar és indispensable per als cristians. Si volem ser seguidors del Crist hem de reproduir en nosaltres els seus sentiments (Fl. 2.5), actituds i comportaments. Pels Evangelis sabem que Jesús vivia en permanent relació amb el Pare i que d'aquesta relació profunda brollaren les seves actuacions (Llc 22,42). Ens ensenyà a pregar amb l'exemple i amb les paraules amb les quals ens hem de relacionar amb el Pare de Jesús i el nostre Pare (Mt 6,7-14). Escoltar-lo i mirar amb amorosa atenció el que va fer, serà el camí més adient per aprendre a pregar.

Com que l'aprenentatge s'ho val i existeixen grans tipus de subtils dificultats, resultarà de gran utilitat demanar a alguna persona amb experiència i que hagi sortit reeixida d'aquesta aventura, que ens doni la mà i ens ensenyi com s'ho va fer, amb l'ajut de Déu, per bandejar els entrebancs i encertar el camí.

Entre els diferents mestres de pregària cristiana hem escollit santa Teresa de Jesús, perquè la trobem una dona de seny, pràctica, arrelada en el seu temps, amb gran maduresa humana i, a la vegada, que va fer una "decidida" opció pel Crist.

No pretenem dur a terme una reflexió exhaustiva de les ensenyances de santa Teresa sobre la pregària. El nostre objectiu és molt més senzill: llegir amb el cor alguns dels seus escrits i deixar-los ressonar en la nostra interioritat. Ben segur que l'Esperit ens parlarà a través d'ells.

A continuació i per encetar la lectura us oferim alguns textos seleccionats. Tot seguit, si us escau bé, podeu agafar les seves obres completes i triar les que us agradin més. El camí pràctic que bàsicament hem escollit ha estat el *Llibre de la vida*, ja que

hem cregut que hi podríem trobar una bona síntesi escrita del seu pensament.

Us desitgem un bon viatge i una bona estança en el meravellós País de la Pregària. La primera estació no pot ser altra que l'autoconeixement, és a dir, la descoberta del fet que som pobres; la darrera etapa, també, no pot tractar-se sinó de l'experiència de la Bondat de Déu estimant-nos tal com som i fent-nos fills en el Fill seu, Jesús de Natzaret.



## Sobre la pregària

### Teresa de Jesús

“No us estranyeu, filles, que calgui mirar tantes coses per a començar aquest viatge diví, camí reial cap al cel. Fent-lo, s’hi guanya un gran tresor; no ens hem de meravellar que costi tant, a parer nostre. Temps vindrà que comprendrem que una cosa de tant de valor ens la donen per cap preu.

Retornant a com l’han de començar els qui volen fer i no parar fins a la fi, que és arribar a beure aquesta aigua de la vida, dic que el que més importa és una gran i ben concreta determinació de no parar fins a arribar-hi, vingui el qui vingui, sia que hi arribi, sia que mori pel camí o que no tingui cor per als treballs que hi ha, sia que s’enfonsi el món” (Camí, 21,1-2).

“Fixeu-vos que sant Agustí diu que el cercava per totes bandes i que el trobà dintre seu. ¿Penseu que és poc important per a una ànima distreta d’entendre i de veure que no li cal pujar al cel per a parlar amb el seu etern Pare, ni parlar amb veu alta per adeltar-se en Ell?

La sentirà per baixet que parli, perquè li és molt a la vora. Ni fretura d’ales per a cercar-lo, sinó solament de posar-se en solitud, de mirar-lo al dedins seu i de no estranyar-se d’un hoste tan bo; més aviat li ha de parlar molt humilment com a pare, suplicar-li coses com a pare, contar-li els fatics i demanar-li’n remei, tot entenent que no és digna de ser-ne filla” (Camí, 28,2-5).

“Segons la meva manera de veure, la porta per a entrar en aquest castell és l’oració, tant mental com vocal, i reflexionar bé, ja que per a ser oració de debò hi ha d’haver la meditació del que estem dient. De l’oració en què hom no pensa amb Qui parla, ni què demana, ni qui és qui demana, ni a Qui demana, jo no en dic pas oració, per més que la persona mogui els llavis; perquè, encara que algunes vegades ho serà, d’oració, ni que en aquells moments

no estigui atenta, però és quan ja altres vegades hi haurà posat tota l'atenció. En canvi, qui tingués per costum de parlar amb la Majestat de Déu com parlaria amb un esclau, que ni es fixa si parla bé o malament, sinó tal com li ve a la boca i ja ho té après per haver-ho dit altres cops, jo no ho tinc per oració i vulgui Déu que cap cristià no la tingui d'aquesta manera" (1M 1,7).

"Només vull que advertiu que, per a aprofitar molt en aquest camí i arribar a les estances que desitgem, no està el quid a pensar molt, sinó a estimar molt; per tant, procureu fer allò que més us desperti a estimar. Qui sap si encara no sabem què és estimar. No m'estranyaria gaire; que no està en el més gran gust, sinó en la més gran determinació de desitjar acontentar Déu en tot i procurar tant com puguem de no ofendre'l i de pregar-li que vagi sempre endavant l'honor i la glòria del seu Fill i l'expandiment de l'Església catòlica. Aquests són els senyals de l'amor, i no penseu que tot rau en no pensar res més i que si us distraieu una mica ja és tot perdut.

8

Jo algunes vegades m'he sentit ben neguitejada per aquest aldarull del pensament, i no deu fer més enllà de quatre anys que vaig entendre per experiència que el pensament —o la imaginació, perquè ho compregueu més bé— no és l'enteniment; i ho vaig preguntar a un lletrat i em va dir que era cert. No va ser poca la meua alegria. Perquè, com que l'enteniment és una de les potències de l'ànima, se'm feia costerut de veure'l a vegades tan embadalit, i en canvi, d'ordinari, el pensament vola, ja que solament Déu el pot lligar quan ens subjecta d'aquesta manera que fa l'efecte com si estiguéssim deslligats del cos. A parer meu, jo veia les potències de l'ànima ocupades en Déu i recollides en Ell i, d'altra banda, el pensament esvalotat: no me'n sabia avenir" (4M 1,7-8).

"Fa comprendre molt clarament que només Ell és la veritat que no pot mentir, i s'entén molt bé el que diu David en un salm, «que tot home és mentider», cosa que mai no arribaríem a entendre tan bé ni que ho sentíssim moltes vegades. És veritat que no pot fallar.

Jo em voldria poder explicar més en aquest cas, però no es pot dir. Traguem d'això, germanes, que, per a conformar-nos al

nostre Déu i Espòs en alguna cosa, serà bo que estudiem de viure sempre en aquesta veritat. No vull dir únicament que no diguem mentides que, glòria a Déu, ja veig que en aquestes cases vigileu molt de no dir-ne per cap motiu, sinó que ens portem amb veritat davant Déu i davant tothom tant com puguem; especialment no volent que ens tinguin per més bons que no som i, en les obres, donant a Déu el que és seu i a nosaltres el que és nostre” (6M 10,5-6).

“Poseu els ulls en el Crucificat i tot se us farà no res. Si Sa Majestat ens mostrà l’amor amb obres i turments tan terribles ¿com voleu acontentar-lo només amb paraules? ¿Sabeu què vol dir ser espirituals de debò? Fer-se esclaus de Déu, de manera que, senyalats amb el seu ferro, que és el de la creu, per tal com ja li han donat llur llibertat, els pugui vendre per esclaus de tot el món, com Ell ho va ser; amb què no ens fa cap greuge, però tampoc no és pas petita mercè.

Sa Majestat farà que cada dia puguem més i més, mentre no ens cansem de seguida, sinó que el poc temps que dura aquesta vida (que potser serà més poc que no ens pensem) interiorment i exteriorment oferim al Senyor tot el sacrifici que bonament ens sigui possible, que Sa Majestat l’ajuntarà amb el que Ell va oferir per nosaltres en la creu al Pare “ (7M 4,8-15).



## Què vol dir pregar?

De la lectura dels textos anteriors se'n poden extreure diverses conclusions. Nosaltres hem seleccionat les següents:

Pregar és fer una opció per la pròpia veritat anomenada, també, autoconeixement

Només quan vivim des de la veritat d'allò que essencialment som, uns pobres pelegrins, podem establir una relació correcta amb la Veritat que és Déu. Preguar, abans que res, és una interrelació conscient entre nosaltres i Déu.

Tanmateix, aquesta relació ha de tenir com a fonament la globalitat de la nostra persona. Si entrem en el joc del "sí, però no del tot", o del "no però encara una mica", Déu no es pot comunicar obertament amb nosaltres perquè la Veritat no pot confraternitzar amb la mentida. L'autèntica pregària, però, no demana que ja siguem veritat total, sinó que estiguem decidits a cercar-la al preu que sigui. Si haguéssim d'esperar a ser persones sense cap mena d'ombra, mai no estariem en condicions d'iniciar el camí de la pregària.

És més, hem de saber que la pregària del pobre és la porta clau per abandonar la mentida, i ser il·luminats pel do de la Veritat que ens farà veure què cal bandejar i ens donarà el coratge necessari per fer el camí. I com més llum interior tinguem més descobrirem la nostra necessitat de pregar, ja que veurem que només la Veritat-Llum ens pot alliberar de les trampes de l'ego o de la falsa construcció de la nostra identitat.

La Veritat prou sap què ens convé des de l'inici del nostre procés, però no té pressa. No vol imposar-nos res. Espera que anem madurant al nostre ritme tot valent-nos del fer i desfer de

cada dia. Sap que, si es mostrés des del començament sense estar nosaltres preparats per rebre la seva lluminositat, seria com si ens arrabassés la joia de la “petita part de protagonisme” que ens pertoca la qual cosa, a la fi, és deixar-nos estimar per l’Amor al Pare. El salmista ho veu molt clar (Sal 36,5): “Encomana al Senyor els teus camins, confia en ell, deixa’l fer. Ell serà el teu protector i et defensarà en tota tribulació.”

Pregar és una aventura: experiència d’amistat

L’amistat és un dels béns més preuats per als éssers humans. Tenir un/a amic/ga és un tresor d’inestimable valor, ja que sense persones amigues en qui poder confiar i compartir tant les penes com les alegries, és impossible viure una vida de qualitat.

A més a més, si l’amic/ga és d’excel·lent condició i ens fa plena confiança obrint-nos el seu cor i comparteix amb nosaltres els seus projectes, il·lusions, esperances o sofriments, al seu costat ens sentim créixer en dignitat i l’autoestima augmenta fins a nivells superiors. És com si l’amic/ga excel·lent tingués el do de transmetre’ns la seva excel·lència, malgrat sentir-nos menys valuosos que ell/ella. La gràcia de l’amistat ens dona una semblança, tot i que cadascú continua mantenint la seva identitat. Les interrelacions fonamentades en el do mutu de l’amistat gratuïta enriqueixen tots els implicats. El mateix succeeix quan es tracta d’una relació amb persones negatives, però els fruits de l’intercanvi establert ens deixen un regust a buidor en el cor.

Val a dir que les amistats nodridores, anomenades vulgarment bones amistats, cal cultivar-les com qui cuida una planta molt valuosa del seu jardí. Rabindranat Tagore diu “si el camí que porta a la casa de l’amic no el transites, acaba omplint-se de males herbes i s’esborra el camí”. Com a resultat, també acaba esborrant-se l’amistat.

Igualment, la pregària és una singular interrelació entre un jo, petit i pobre, amb el Tu Excel·lentíssim que ens ha creat a imatge i semblança seva i que està tan a favor nostre que ens ha elevat a la dignitat de fills seus. Aquesta interrelació tan especial és una experiència d’amistat de tal categoria que gairebé no es pot

descriure amb paraules, però a la vegada és una aventura de fe, d'abandó i confiança, perquè el nostre interlocutor és l'Invisible que ens parla molt baixet dins del cor i es manifesta a través dels fets de la quotidianitat.

L'autèntica pregària consistirà sempre en un diàleg d'amistat, un escoltar, un comunicar els sentiments, els desitjos, els projectes més profunds... tot obrint el nostre cor i fent-nos transparents a aquest Amic-Senyor que vol que visquem una vida de plenitud. Podem aspirar a una dignitat major que aquesta?

Si alguna persona d'excel·lent rellevància ens rebés en audiència privada, estigués per nosaltres, ens escoltés i es mostrés incondicionalment al nostre favor, ens sentiríem molt honorats i no trobaríem les paraules per expressar-li la nostra gratitud. Doncs bé, un sol instant de pregària o de diàleg d'amistat amb el Senyor val més que totes les audiències concedides pels més importants personatges. Si fóssim conscients del valor de la pregària restaríem en silenci davant seu donant gràcies per la immensitat del do que comporta. I deixem que passin els dies o les hores sense pregar...!

Pregar és córrer el risc de fer-se mútua confiança

En la vida hi ha moments en què tenim la sensació que no vivim. La nostra foscuria és tan gran que podríem creure que estem "lluïtant amb una ombra de mort" (santa Teresa). Tot és tan obscur que ens sembla que el sol no il·lumina. Es tracta d'etapes extremadament doloroses en les quals res no té sentit. La mort està tan pròxima (existeixen moltes classes de mort) que ens pot engolir en qualsevol moment.

En aquestes circumstàncies l'únic que ens queda és el petit llumí de la confiança. Confiar és córrer el risc de la fe. En què? En Qui? En el fet que som estimats i en Jesús, que ha vingut per a alliberar-nos de les nostres tenebres.

L'aprenentatge de la confiança no resulta fàcil. S'arrela en bases humanes apreses durant la infantesa i s'endinsa en l'obertura de la veritat personal.

A l'inici, per a sobreviure, els éssers humans necessitem la proximitat i l'escalf protector de la família. És en aquesta època primerenca de la vida quan s'estableix la base de la confiança. El psicòleg Allport diu que correspon al tercer mes de gestació i que després es va consolidant fins al tercer any de vida en què queda estructurada l'afectivitat.

La confiança té molt a veure amb l'estat de feblesa que se sent acollida. Necessitem la presència d'altres persones que siguin capaces de transmetre'ns tendresa i suport per tal de poder aprendre a confiar. El contrari de la confiança no és la malfiança, sinó la indiferència, el fet de no ser significatius per a ningú. Aquesta és l'ombra de mort més punyent.

Confiar pot equivaler a l'experiència de trobar-se un desert il·luminat per l'esperança de l'arribada d'algú que ens donarà la mà i que, a més a més, ens farà la gràcia de dir-nos que som únics per a ell. Fer-se confiança és obrir-se el cor de bat a bat.

No oblidem que "confiar" és l'infinitiu d'un verb transitiu. Significa que hi ha "aquest algú" interessat a mantenir la relació. Alhora, significa una trinitat: el confiant, el confiat i la cosa confiada. Es tracta d'una relació d'un JO-TU-CONTINGUT que forma una unitat. Per aquesta raó, quan la confiança s'arrela en la persona del Crist és el camí per a identificar-nos amb ell.

Confiança, confidència, fe, seguretat, esperança, amistat, preferència, intimitat, familiaritat, llibertat, sinceritat, naturalitat, lleialtat, repòs, entrega, etc., són paraules que pertanyen a la mateixa saga familiar. Si una d'elles és substituïda per la seva contrària, tot l'edifici se'n ressent.

Sí, això i molt més és la pregària: l'Amic en qui fem confiança és Déu. No ens cal tenir por de res perquè ell sap què ens convé, està al nostre favor i ens ho donarà en el moment oportú per tal de poder seguir el camí vers ell. Si per la nostra part aportem tot el que podem amb el que som i tenim, la resta la posarà ell.



## Estructura de la pregària

Santa Teresa, en el capítol XI del *Llibre de la vida*, parla sobre les condicions prèvies per a fer pregària i exposa, d'una manera molt didàctica, els diferents tipus de pregària que es van donant en l'itinerari de cada persona que es decideix a emprendre el camí de l'oració. Tot seguit, parlarem d'aquests aspectes seguint els ensenyaments de la santa.

### Condicions prèvies

#### *Decidida determinació de voler ser servents de l'Amor*

15

Pregar no consisteix senzillament a recitar paraules, és prendre consciència de la gran dignitat que suposa relacionar-se amb “tan gran Senyor”, com ja hem esmentat abans.

– Aquesta relació dialogant d'amistat amb Déu reclama, per la nostra part, que ens decidim a convertir-nos en servents de l'Amor.

– Déu respectarà el nostre procés i no ens imposarà el seu amor, ans al contrari, serà a través de les experiències que la vida ens anirà oferint que nosaltres descobrirem i ens obrirem a la seva amistat. Tanmateix, som tan poc decidits a donar-nos completament a Déu que ell no pot regalar-nos els seus dons des d'un principi, perquè nosaltres no estem en disposició de rebre'ls.

– El do de l'encontre profund amb Déu serà sempre el resultat del “sí, ho vull” de la criatura a la manera de Maria en resposta a la invitació de l'Àngel i la Bonesa de Déu.

— Per aquesta raó, la primera i principal condició prèvia serà la decidida determinació que, passi el que passi, volem ser servidors de l'Amor.

### *Deseiximent total de la superficialitat*

“Si féssim tot el possible per no enganxar-nos a res de la terra i si en poc temps ens disposéssim a oferir-nos del tot a Déu, en poc temps Déu se'ns donaria a mans plenes. El que succeeix és que diem que li ho cedim tot, però només li oferim el rèdit o els fruits quedant-nos amb l'arrel i la possessió d'allò que diem li donem” diu santa Teresa.

L'actitud d'incondicional entrega és el punt de partença per part nostra, la resta la farà el Senyor polint tot el que calgui.

### *L'autoimatge filla de l'ego que el llenguatge de santa Teresa anomena “l'honra”*

16

Donar bona imatge és una de les altres preocupacions que ocupen gran espai en les interrelacions. Per a sentir-nos bé, necessitem que els altres ens alabin, ens tinguin en consideració o que parlin positivament de nosaltres, si no ens sentim decebutos i enfonsats.

Però, som el que som, i estem com estem, no importa el que diguin, pensin o facin els altres envers nosaltres. Només Déu ens coneix vertaderament i és ell qui ens pot demanar comptes. Que equivocats estem quan ens convertim en esclaus “del que diran”. La veritat, la nostra veritat, la que sigui, serà la que ens menarà cap a la llibertat en Déu.

### *No es pot compaginar “ser el centre de tot i de tots” amb l'experiència profunda de l'Esperit i les seves consolacions*

Déu es revela als pobres i als petits, els omple de béns; als rics, als que tenen un “ego inflat” els acomiada sense res, com ens digué Maria en el Magnificat.

### *Tenir coratge per endinsar-se en el propi coneixement*

Val a dir que es necessita una gran dosi d'ànim per no fer-se trampes i voler veure-ho tot a l'ombra. Suposa una gràcia molt gran el fet de rebre la llum per a veure la nostra veritat i estar disposat a fer el que calgui, amb l'ajut de Déu, per a transformar l'ombra en llum de veritat.

Déu no nega a ningú la seva gràcia i qui actua així i persevera, a poc a poc canvia la seva actitud i adquireix aquella manera de ser que el farà una persona madura humanament i cristianament. Caldrà que no es descuidi mai, perquè els impediments de dins seu i de fora que aniran sorgint podrien enfosquir la seva voluntat i fer-li abandonar el camí encetat.

Tanmateix, qui camina acaba tenint altres companys de viatge ja que, "com a bon capità", Déu li dona qui vagi en companyia seva. Per aquesta raó l'enemic posa tants entrebancs a aquells que s'esforcen per ser servents de l'Amor, perquè es desanimin i abandonin la pregària. Sap prou bé quins són els resultats que se'n derivaran: "l'expansió del Regne de Déu".

17

Les dificultats són moltes i molt variades. A mode d'exemple en citarem algunes:

- No trobar mai temps per a fer pregària.
- Voler fer-la, però anar trobant motius per ajornar-la per una altra hora i ocasió.
- Deixar-la per la nit i, com que estem tan cansats, ens adormim.
- Pregar i tenir el cap en les compres, els exàmens, etc.
- Recordar-nos de pregar, només, quan tenim una necessitat.
- Desencoratjar-nos de fer pregària, perquè ens sentim decebuts en no donar-nos Déu allò que li hem demanat.
- No tenir gens de ganes de pregar perquè no li trobem sentit.
- Fer pregària amb gran sequedat al cor.
- Tenir dubtes sobre l'existència de Déu i creure que pregar és una insensatesa.

—I com que preguem a partir del que vivim, ara hi podem afegir totes les pors, angoixes, dubtes, etc., que ens habiten i que projectem en Déu, fins al punt que l'arribem a considerar culpable dels nostres sofriments.

Santa Teresa ens adverteix que no ens deixem enganyar: “Necessitarem gran coratge per no tornar endarrere i molta ajuda de Déu.” Però no tinguem por, Déu està al nostre favor i ens donarà la força del seu Esperit.

### *Aguantar i resistir*

En alguns moments, la duresa del camí és de tal magnitud que només ens queda el llumí de l'esperança, fruit d'aferrar-se en la confiança i l'abandó en el Senyor. És la pregària feta aventura de confiança.

En els inicis, hem de realitzar un gran esforç i aportar una gran dosi de coratge; més endavant les coses canviaran i, tot i que sempre la vida suposa un repte, arriba un moment en què el Senyor hi posa més de la seva part i la persona orant aconseguix més pau i harmonia interior amb menys esforç.

18

Les dificultats ens acompanyaran sempre, però anirem aprenent a viure-les amb una altra actitud. És com si quan el protagonista és el jo tot fos molt feixuc i, a mesura que el protagonisme de la nostra vida l'ocupa el Crist, la seva creu fes més lleugera la nostra.

Amb la seva agudesesa, santa Teresa encerta la solució: “Quan el Senyor va tenir a bé lliurar-me de mi mateixa (nosaltres diríem de l'ego) totes les coses van canviar de signe.”

### Classes de pregària

Tal vegada, en lloc de “classes” podríem parlar de “nivells” de pregària. A mesura que va fent el seu camí, la persona orant madura com a persona i alhora va establint un diàleg més profund amb el Senyor i adquireix major compromís amb els germans.

Per explicar aquest procés, santa Teresa es val d'un llenguatge metafòric i simbòlic: "Aquest llenguatge d'esperit és tan difícil d'explicar que hauré de valer-me d'alguna comparació."

Considera la consciència com si fos un hort o un jardí. Qui comença l'aprenentatge de la pregària haurà de fer-se a la idea que ha de cultivar aquest terreny una mica estèril i ple de males herbes, per tal de transformar-lo en un lloc adient on hi pugui anar a passejar el Senyor per gaudir de la flaire de les flors que van esclatant (virtuts) i del bell espectacle de tota la combinació d'herbes, plantes, arbusts, arbres... (actes de bondat, perdó, etc.) que hi ha anat afegint per al seu goig particular.

El conreu del jardí exigeix, en primer lloc, preparar el terreny i arrancar les males herbes; després cal sembrar altres plantes seleccionades d'acord amb la finalitat proposada: servir el Senyor. Però compte! La cosa no acaba aquí; és necessari regar el jardí amb perseverança i tenir cura de cada una de les plantes si volem que arribin a donar els fruits desitjats.

Servint-se de la mateixa metàfora explica els diferents sistemes que existeixen per regar el jardí, l'esforç que exigeixen i el resultat que se n'obté.

En funció dels sistemes de reg utilitzats, dissenya els diferents nivells de pregària ("Em sembla que es pot regar de quatre maneres"):

—Traient l'aigua d'un pou, la qual cosa exigeix un treball molt feixuc i proporciona poca aigua.

—Traient l'aigua del pou amb una sínia impulsada per un torn. Amb aquest sistema obtenim més aigua amb menys esforç.

—Regant amb un cabal procedent d'un riu o d'un rierol; la terra s'amara d'aigua i no cal regar tan sovint. Sens dubte aquesta forma de regar és molt millor que les anteriors.

—Per la pluja torrencial. Aleshores és el Senyor qui rega l'hort sense esforç per la nostra part; no cal dir que és la millor de les maneres de regar i la que dona millor fruit per tota la plantació.

Els graus d'oració segons aquest disseny seran els següents:

—Primer grau: oració dels principiants. *Oració mental* (cap. 11-13).

—Segon grau: entrada en la pregària mística. *Oració de quietud* (cap. 14-15).

—Tercer grau: intensificació de la pregària mística (cap. 16-17).

—Quart grau: *unió mística*. Oració i amor (cap 18-21).

—Conclusió: la humanitat de Crist en la vida espiritual (cap. 22).

## **Primer grau de pregària: oració mental**

### **Esforç inicial**

Els principiants que comencem el camí de la pregària som com aquells que per a regar el seu hort han de treure l'aigua del pou amb una galleda: s'han d'esforçar molt i l'aigua disponible és poca.

El simbolisme recull l'autèntica realitat. Acostumats els sentits a actuar dispersos, el fet de centrar-se i silenciar-se resulta una dura tasca.

El centrament interior ha de ser corporal, afectiu i mental. És necessari anar-se habituant a controlar les sensacions, les percepcions, les imatges procedents dels sentits externs i els continguts fruit de la sensibilitat interna expressats per la capacitat de ser subjectes de la percepció, la imaginació creativa, l'instint d'autorealització, la memòria, etc.

Per tal de fer possible la tasca necessitem cercar espais de silenci extern i intern. Tanmateix, ens serà molt útil pensar en la vida passada, no per donar-hi tómb i angoixar-nos, sinó per descobrir el camí que a poc a poc ha anat seguint Déu en nosaltres. Caldrà que l'autoconeixement sigui sempre un dels eixos permanents a tenir presents; tant aquells que comencen com els que ja han fet camí hauran de treballar-hi.

Malgrat que l'experiència de la pobresa de si és fonamental, si volem anar endavant no ens podem aturar en nosaltres. Hem de meditar en la vida de Crist, descobrir el que ell ha fet per nosaltres i decidir-nos a fer el que sigui per ell.

Mentre les coses es veuen clares i estem engrescats a treure aigua del pou encara que costi, anem treballant. Però compte! Es

presenten ocasions en què el pou s'asseca i per més que ens hi escarrassem, no en podem treure ni una gota d'aigua. El temps de pregària ens resulta llarg i avorrit, ens distraiem en qualsevol cosa, pensem en el que hem de dur a terme o en el que ja hem fet nosaltres i els altres, o trobem mil excuses per no trobar temps per fer-la.

Fem pregària a partir del que vivim, no podem oblidar la base humana de la persona orant. Com més persones de qualitat anirem sent, millor serà l'estil de la nostra pregària. Però el treball de transformació personal és una tasca que cadascú ha de dur a terme i que ningú no pot realitzar per nosaltres. Ara bé, "si no queda per nosaltres i fem tot el que podem per regar les flors del nostre jardí", Déu farà el que calgui perquè les flors (virtuts) continuïn amb vida. Si permet que el pou s'assequi és perquè aprenguem a cercar el seu ajut tot enfortint-nos en la confiança.

#### Alguns consells per al temps de sequedat interior

22

Per les èpoques en què tot se'ns fa costa amunt i estem a punt de llençar-ho tot a rodar, què ens recomana santa Teresa?

—Alegrar-nos pel fet de disposar d'aquesta oportunitat de servir el Senyor per ell mateix, no per les seves consolacions. És l'hora de l'aprenentatge de la gratuïtat total. En el fons, si ho mirem bé, és una gràcia per a qui en la pregària —diàleg d'amistat— pot dir al Senyor coses semblants a aquestes: "No entenc res del que em passa, però et faig plena confiança. Ajuda'm a continuar essent un aprenent de la confiança en tu."

—L'actitud d'acontertar el Senyor passi el que passi, lloar-lo, donar-li gràcies per tot. Fins i tot de la sequedat interior. Sempre haurà de ser el primer i principal fonament de la nostra vida. Tampoc hem de neguitejar-nos pel temps que pugui durar la foscúria; deixem que sigui ell qui ho determini. Mentre nosaltres actuem amb netedat de cor podem estar tranquils, encara que les dificultats ens haguessin d'acompanyar fins al darrer moment d'aquesta vida.



—També podem viure les dificultats com una resposta al Senyor, que ens convida a ajudar-lo a portar la creu. Si així actuem “no ens preocupem, que el nostre esforç no es perdrà, temps vindrà en què el Senyor ens pagarà tot alhora el que hem fet per ell”.

—Les dificultats són oportunitats per practicar la determinada determinació de seguir les seves petjades, però “com que és tan gran la dignitat a què som cridats i les gràcies que ens vol concedir” val més que hi col·laborem. De cap manera vol imposar-nos el seu Amor sense comptar amb la nostra voluntat d'acceptació. L'experiència de la Bondat de Déu és un do tan immens que només el pot rebre aquell que viu per Déu i no pels seus consols.

—A mesura que aprenem a caminar amb indiferència a “consols o arideses” l'edifici de la nostra interioritat es va consolidant amb fermesa, i no hem de tenir por de tornar endarrere encara que ensopeguem. La roca de la indiferència al vaivé de les emocions i sentiments consolidada en la “justícia, coratge, pobresa, humilitat” significa més un do de Déu que mèrit nostre.

L'amor de Déu no s'ha de mesurar per les llàgrimes o els consols encara que aquests siguin molt gratificants, sinó en el servei gratuït als germans i en l'entrega total a la seva voluntat.

En el cas que a causa de la nostra feblesa no fossim capaços de suportar els entrebancs que el nostre procés reclama, no tinguem por. Ell vindrà a socórrer-nos i ens donarà el coratge que necessitem per afrontar-los.

Això no vol dir que si el Senyor té a bé consolar-nos, no ha-guem d'estar contents. Res més lluny de la realitat: no hem de buscar consols però tampoc no es tracta de defugir-los. Ni entristir-nos si la nostra pregària és com un desert inhòspit ni saltar d'eufòria quan experimentem una lluminositat en el nostre interior. Sempre hem d'estar a l'aguait d'allò que vol el Senyor de nosaltres i restar amos de les nostres emocions i sentiments.

L'actitud d'enyorança de consols en la pregària pot tenir molt a veure amb una manca de "determinada determinació" de cercar-lo passi el que passi. Enganxar-se als consols podria fer-nos creure que són el resultat dels nostres mèrits. Ambdues situacions són paranys de l'ego.

—Hem de ser realistes. L'essència dels éssers humans és la feblesa assistida per la força de l'Esperit que fa camí amb nosaltres. Som una tasca de nosaltres mateixos i el que importa és caminar.

És cert que molt sovint no podem dur a terme allò que voldríem, però la maduresa personal es mesura pel nivell d'adaptació a les circumstàncies, per la disposició per superar els reptes que la vida ens va presentant, tenir un tarannà optimista i comunicatiu, acceptar-se tal com s'és sense haver de dissimular res ni parar-se trampes... Tot això, unit a la capacitat d'estimar Déu, els altres i a si mateix. No arribarem a la plenitud per haver realitzat moltes coses, sinó per haver-les fet, les que sigui, amb molt d'amor.

Fins on podem arribar en el camí de la pregària per nosaltres mateixos?

Com ja hem comentat anteriorment la nostra tasca consisteix a preparar el terreny, però la pregària cristiana no és una qüestió de colzes ni de tècniques. Tot i que cal adquirir uns hàbits de disciplina, no és per l'esforç ni per la lluita com podem traspasar el llinard de l'oració mental cap a l'oració mística. És únicament mitjançant l'entrega amorosa i confiada al Senyor que ho aconseguirem. El salmista ens ho recorda quan ens diu: "Encomana al Senyor els teus camins, confia en ell, deixa'l fer" (Salm 36).

Són moltes les coses que podem dur a terme per aprendre a pregar, però el protagonisme és de l'Esperit.

A mode de suggeriment, proposem una llista de temes entorn dels quals pot girar la pregària:

—La vida, la mort i la resurrecció de Jesús. Podem imaginar que ens trobem davant d'ell exposant-li les nostres necessitats

o les dels altres, que conversem sobre les qüestions que ens preocupen, que restem en silenci escoltant-lo, etc.

—Llegir la Paraula de Déu, sobretot el Nou Testament, i deixar que ressoni dins del nostre cor.

—Fer pregària de les qüestions que passen al nostre entorn, de les notícies que escoltem a la televisió o que llegim a la premsa.

—També podem pregar a partir dels dubtes i dels malentesos amb els altres tot convertint-los en motiu de conversa amb el Senyor.

Per pregar no ens cal recitar textos dels llibres; cal obrir el cor a l'amistat sincera i transparent amb el Senyor.

Pretendre entrar en un estat de “buit interior”, d'aquietar la ment o entrar en un estat de “pensar sense pensar” com practiquen les tècniques orientals i no anar més enllà, fóra confondre el mitjà amb la finalitat. El silenciament interior és un mitjà molt valuós, però l'objectiu de la pregària cristiana és la relació d'amistat entre la persona orant i la Persona de Crist. Serà sempre un diàleg fet de silenci i paraules entre un JO-NOSALTRES-TU DIVÍ. Serà un deixar-se amarar (jo-nosaltres) per la presència d'un Pare-Mare que es fa present en el moment oportú per oferir-nos sempre l'ajut que necessitem: en Crist ens ha fet fills seus.

25

El fet de voler cremar etapes pel nostre compte denota poca senzillesa per part nostra. Fem el que aquí i ara hem de dur a terme; tot arribarà quan sigui el moment.

L'experiència ens ensenya que no és el mateix:

—Saber moltes coses sobre la pregària.

—Saber explicar-les als altres.

—Saber pregar.

Saber pregar és el do que l'Esperit regala als nets de cor i als pobres pelegrins que li ho demanen: “Senyor, ensenya'ns a pregar” (Lluc 11,1).



## Altres enemics de la pregària

Santa Teresa agrupa els enemics de la pregària sota el nom genèric de temptacions, que sorgeixen en qualsevol moment i a les quals és necessari estar atent per tal de poder-les bandejar. En el capítol 13 del *Llibre de la vida* ens descriu les següents:

Tristesia. Virtut a cultivar: el bon humor

Viure el dia a dia suposa un repte continuat que cal afrontar amb coratge i bon humor. Al cap i a la fi, el nostre Senyor és “Senyor de la Vida” i no li agrada tenir per amics persones tristoies i descontentadisses.

Ara bé, afrontar les dificultats amb una actitud positiva no sempre està al nostre abast, sobretot per determinats temperaments. Però el que se’ns demana és voler viure servint el Senyor tant en l’alegria com en la tristesa. És molt important ser “una ànima animosa” i fer com els sants: “Si ells mai s’haguessin determinat a desitjar-ho i a poc a poc posar-ho per obra, mai haguessin arribat allí on arribaren”, perquè mai s’ha sentit a dir que qui ha confiat en la Bondat de Déu hagi estat abandonat per ell.

Sant Pau diu que “Tot ho podem en aquell que ens conforta”, i sant Agustí ens ensenya aquesta bonica pregària: “Senyor, dóna’m allò que em manes i mana’m allò que vulguis.”

Que bella és l’aventura de la interioritat! No se’ns demana no equivocar-nos, sinó estar disposats a començar una i mil vegades si així fa falta: val més ensopegar que restar aturats per la por, deixar-nos endur per la tristesa o donar la culpa del que ens passa als altres o a les circumstàncies. Aprendre a riure’s d’un mateix és un exercici molt saludable.

Escollir per mestres persones temorenques. Els bons mestres són aquells que ensenyen a volar amb seny

Quan decidim demanar el parer dels altres, hem de tenir cura d'escollir persones agosarades que tinguin seny i saviesa. Hem d'allunyar-nos d'aquella gent temorenca que veu problemes pertot arreu, ja que la seva actitud ens podria contaminar i dur-nos només a “caçar gripaus i sargantanes”.

Ens convé tractar amb persones que hagin après a volar amb seny, és a dir, a enfrontar les coses amb el realisme del seny i el coratge de l'esperança. El seu mestratge ens ajudarà a saber diferenciar allò que és possible del que fóra desitjable, però a la vegada ens impulsarà a fer que cada dia sigui més possible.

Altrament, hem de vigilar de no caure en el parany de l'ego que infla les nostres possibilitats o les minimitza. Som el que som, però podem més del que sembla si deixem fer a l'Esperit i treballem sense defallir dia rere dia.

Un altre parany que ens pot fer trontollar és el fet de comparar-nos amb altres persones: “Aquell o aquell altre és d'admirar, però no per imitar com si es tractés d'una roca inexpugnable”; o bé quan els altres s'atreveixen a donar-nos consells posant-nos models a seguir: “Mira, el teu germà/na (qui sigui) sempre és (així o aixà), tu has de ser com ell/ella...” Caram, està bé la cosa, com si es tractés de ser robots en sèrie...!

És cert que estem cridats a la plenitud de vida amb Déu, però la forma d'arribar-hi és personal. Ens hem d'ajudar els uns als altres a trobar “la nostra veritat feta de pobreses i lluminositats bondadoses de Déu”. Tanmateix, una cosa és acompanyar i una altra de molt diferent és substituir.

L'obsessió per la salut física. Cuidar de la salut, sí. Aprehensió per qualsevol cosa, no

Cal cuidar el cos i donar-li el que li fa falta. No podem pas oblidar que som una unitat psicossomàtica i no som àngels, sinó éssers humans que necessitem el cos.

Com sabem per experiència, el cos està sotmès a les lleis de la fatiga, la malaltia, les limitacions de l'envelliment... Però també

gaudeix d'una immensa força que l'empeny a viure i a retrobar l'equilibri perdut.

Hem d'actuar amb llibertat i ànim agosarat dins del realisme de les nostres possibilitats, no fos cas que caminéssim per la vida "a pas de gallina" o com una canya sacsejada per qualsevol vent tot creient que qualsevol esforç per fer pregària, practicar la solidaritat o el deure de cada dia ens pot perjudicar la salut. No ens hem d'acovardir ofegant-nos en un vas d'aigua, fins i tot en els moments en què estem en més baixa forma podem continuar exercitant alguna forma de solidaritat vers els altres, posem per cas, mostrar agraïment per l'ajut que ens presten, interessar-nos per les seves coses, oferir un somriure, etc., o bé convertir la situació de sofrença en pregària unida a la creu de Crist demanant-li que la transformi en ajut per a tota la humanitat.

El fals proselitisme. Imposar les pròpies creences serà sempre una manca de respecte a la llibertat de l'altre

Quan hom ha fet una troballa significativa que l'ha tocat internament, sent la temptació de voler convèncer o imposar a les persones del voltant la seva manera d'entendre les coses. Quin error més gran! Sabem amb certesa què convé als altres? Primer mirem-nos a nosaltres mateixos i tot seguit ens adonarem de la gran distància que hi ha entre allò que sentim i el que en realitat som. Treballem, treballem amb gran delit per aconseguir la netedat de cor i deixem que els altres facin el seu camí.

L'ajut patern esdevé una riquesa comunitària quan s'arrela en el diàleg entre pobres que es donen la mà sabent-se necessitats els uns dels altres i es descobreixen com icones de la presència amorosa de Déu que els habita.

Encara hi ha un altre aspecte a tenir en compte: dels altres, només n'hem de mirar el que tenen de bo i positiu procurant donar-ne gràcies i tractar d'aprendre de tots. Pel que fa als defectes que els hi podem descobrir, serà bo pensar en els nostres propis defectes i tractar de disculpar-los o perdonar-los tal com volem que ens disculpin i perdonin a nosaltres.

Altrament, hem d'aprendre a conjuminar la benvolença amb la crítica positiva dels fets. De cap manera hem de caure en els paranys de les manipulacions o dels xantatges.

No hem d'anar pel món amb el paper de salvadors barats ni de perseguïdors fanàtics. A la llarga acabarem sent víctimes del nostre propi error. El tipus d'interrelacions que hem d'establir cal que sigui el de la fraternitat de pobres que s'encoratgen mútuament mentre caminen pel desert, il·luminats per l'estel de la confiança en el Pare comú.

Quan hom sent una gran inquietud per voler que tal persona faci o deixi de fer tal cosa, convindrà que porti a cap un sincer discerniment davant Déu i que, si cal, demani consell a un germà o germana savis en l'Esperit. No fos cas que ens deixéssim arrossegar per segones intencions filles de l'ego o ens poséssim on no ens demanen.

30

Convertir la pregària en un raonament intel·lectual o en el compliment d'unes normes establertes, oblidant que pregar és estimar

Quan analitzem intel·lectualment el nostre procés raonem, diferenciem, corregim, reprimim, controlem, modifiquem, etc. Aquestes són capacitats molt necessàries a tenir en compte, però en si no constitueixen la pregària. La pregària és quelcom més: és estimar Déu i deixar-se estimar per ell, obrir el cor a la gran fraternitat humana.

És bo establir-se un pla de pregària. Organitzar-se el temps, llegir autors que ens ensenyin com ells/elles ho feien, practicar tècniques de relaxació corporal, etc. Però totes aquestes coses són mitjans i no les hem de confondre amb el "diàleg d'amistat amb el Senyor".

El més curiós del cas és que ens sentim satisfets o ens entristim pel fet d'haver o no haver estat fidels en el compliment "rigorós" dels mitjans, en lloc de fer de la vida un acte continuat d'estima a Déu i als germans.



Santa Teresa ens ensenya que una bona pregària consisteix a “Estar davant d’ell, silenciament l’enteniment, ocupant-se en mirar que ens mira. Fer-li companyia. Parlar-li, Demanar-li coses per nosaltres i pels altres. Dir-li que ens perdoni. Gaudir de la seva amistat. Donar-li gràcies pel do que ens fa d’acollir-nos en la seva companyia”.

### Els directors espirituals

Santa Teresa era molt devota dels directors espirituals. Nosaltres tenim una altra manera de plantejar-nos el procés de discerniment. Creiem que dirigir és una paraula poc democràtica, ja que té un cert regust d’autoritarisme i abús de qui està a dalt cap a qui està a baix. Actualment, preferim parlar d’acompanyament i de compartir experiències personals profundes.

La inclinació de santa Teresa a confrontar les seves vivències amb directors espirituals era fruit de la voluntat de caminar en la veritat i d’alliberar-se dels enganys del dimoni. Volia que aquestes persones disposessin de tres qualitats principals: persones experimentades en el camí de la pregària, que tinguessin seny i que fossin lletrats. En el cas de no poder trobar una persona amb les tres qualitats reunides, escollia un lletrat; és a dir, un expert en el coneixement de la Sagrada Escriptura, ja que es tracta de persones que, en estar en contacte amb la Paraula de Déu, no l’enganyarien respecte a qüestions de fe. Considerava que les persones virtuoses sense lletres no sempre són de fiar: “*De devociones bobas nos libre Dios*”.

Atesa la complexitat de la vida actual tal vegada fóra bo recuperar la pràctica de l’acompanyament fraternal, perquè ningú no està lliure de les trampes de l’ego i la força que proporciona el suport dels germans ens és molt necessària en moments de crisi. Cultivar la comunió entre membres de la comunitat eclesial i estimular el servei de l’acompanyament personal són dos aspectes que es complementen i que d’alguna manera responen a les dues dimensions de la persona: l’originalitat i la fraternitat.

Adaptant als nostres temps les recomanacions de santa Teresa, podríem dissenyar el perfil de les persones que fan acompanya-

ment de la forma següent: coneixement del comportament humà i teològic, persones madures humanament i cristianament, amb seny i experiència de Déu, senzilles i pobres que saben transmetre esperança i que respecten els altres, etc.

## **Segon grau de pregària: entrada en l'oració de quietud**

Després d'esforçar-se i d'haver superat la sensació que la pregària era quelcom feixuc, la persona orant passa a una altra etapa en la qual les coses canvien i entra en un estat de calma, d'harmonia, de quietud, i on té la sensació que l'esforç per perseverar pregant és més suau. No és que pugui descuidar-se, però tot li resulta més senzill.

La quietud interior que a estones viu equival a una mena de centrament que no acaba de saber descriure, però entén que és Déu que li fa la mercè. Viu una sensació de captivament per Déu i dins seu neix un gran desig d'estimar-lo.

El centrament consisteix a deixar fluir el fons de si on Déu hi ha dipositat l'espurna divina de la seva presència. Quan aquesta espurna divina esclata, es produeix la gran llum que la té captivada. Tanmateix, això succeeix quan Déu vol, la iniciativa és sempre seva. Per una mena d'intel·ligència emocional, la persona orant entén que és estimada per Déu "cridant-la pel seu nom" (Jn 10,3) i estant al seu favor.

En aquest estat, la voluntat té la primacia. L'enteniment, la memòria o la imaginació poden continuar com ocells que estan sempre a l'aguait, cercant aliments que els saciïn la gana i la set: raonaments, records, il·lustracions teòriques, fantasies, il·lusions, etc. No, no és pas això la pregària. Pregar és estimar Déu, deixar-se estimar per ell i estimar els germans, ja que l'amor ha d'anar acompanyat d'obres. Seran les obres de servei gratuït als altres les que garantiran la qualitat dels desitjos.

En la pregària de quietud no cal parlar per convèncer Déu exposant-li allò que hom necessita. És millor escoltar-lo i deixar-lo fer, tot sabent que tot el que ens passa és per al bé de tothom.

Això no significa que no haguem de fer altres tipus de pregària: d'intercessió, petició, etc.

El goig serè que experimenta la persona en el fons de si és diferent de l'alegria que hom sent quan ha superat una greu dificultat. És una lluminositat que viu i que fins i tot l'acompanya a conviure amb les mateixes dificultats. Els efectes immediats són la gratitud, la confiança i el reconeixement de la seva petitesa. Moltes vegades encara li vénen a la memòria les seves mancances i pecats, i apareixen desitjos que les coses anessin d'una altra manera, és a dir, segons ella voldria. Podríem afirmar que, en aquest estat de pregària, tenen lloc fortes alternances entre la fidelitat i la rebel·lia. Hom s'enganxa a l'estat de quietud, voldria foragitar les dificultats que ha de continuar afrontant. Quina gran veritat és que "no som res i menys que res" sense l'ajut de Déu. Aquest realisme-veritat és bàsic per donar passos endavant en el camí de la pregària.

34

Al silenciament interior o quietud s'hi pot arribar per altres camins que no són els de la pregària. Pot ser el resultat d'estats alterats de consciència produïts per al·lucinògens o també la conseqüència de la pràctica de tècniques de zen o ioga. La quietud lluminosa de la pregària és una altra cosa.

En la pràctica de les tècniques de relaxació cal cuidar que l'autoconsciència es mantingui desperta i no perdre el control de si. Sense aquestes precaucions bàsiques, poden aflorar experiències reprimides en el subconscient que no es puguin controlar i que provoquin la caiguda de la persona en un estat d'al·lucinació.

En la quietud de la veritable pregària les coses succeeixen de manera ben diferent:

- En acabar la pregària la persona se sent enfortida, decidida a complir millor els seus deures i obligacions.
- És més realista, perquè a la llum de Déu ha comprès la seva pobresa.
- Té bon humor, facilita la convivència, té un tarannà més democràtic, etc.

És a dir, se sent més humana i per tant, més cristiana.

Segons expressa santa Teresa, moltes persones arriben a aquest nivell de pregària, però molt poques el superen per causa de la no perseverança quotidiana i per les dificultats que comporta l'existència. Aquell que malgrat tot continua pregant sens dubte que “encara que camini a poc a poc, arribarà a la fita”.

La santa avisa les persones que hagin arribat a aquest nivell “*Que miren no esconder el talento, pues que parece las quiere Dios escoger para provecho de otras muchas, en especial en estos tiempos que son menester amigos fuertes de Dios<sup>1</sup> para sustentar los flacos*”. Voleu dir que aquest missatge no va adreçat també a nosaltres? Els temps que ens toca viure són ben especials!

1. El subratllat és nostre.



### **Tercer grau de pregària: intensificació**

Per descriure aquest tercer grau de pregària tractarem de seguir fil per randa el pensament de santa Teresa, que ens diu: “És primordial rebre la gràcia d’aquest tipus de pregària, però és una nova gràcia entendre en què consisteix aquesta gràcia, i una tercera gràcia és saber-la expressar i donar-la a entendre als altres.”

No ens resultarà fàcil encertar, doncs, en la tasca que ens proposem dur a terme. Recordarem que la tercera aigua amb què es pot regar l’hort és la que prové d’un riu o d’una font. Es tracta d’aigua corrent i l’únic esforç que se’ns demana és conduir-la fins al seu destí. Podríem dir que en aquest cas el Senyor ajuda l’hortolà de tal manera que gairebé fa més d’hortolà que ell mateix.

Segons santa Teresa les potències de la voluntat, l’enteniment i la memòria viuen en una mena de somni o quietud en què no perden del tot la seva operativitat, ni les persones acaben d’entendre allò que els passa. La persona orant se sent immersa en una pau i un goig serè molt més intens que aquell que havia sentit en el grau anterior. És com si la qualitat i la quantitat de quietud haguessin adquirit un nivell vibratori més subtil i embolcallant que la deixen embadalida en la lloança i gratitud al Senyor.

Es tracta d’una lluminositat de tal claredat que la persona no pot desitjar ni té per valuosa cap altra cosa. Només vol estar amb el Senyor. Viu una mena d’estar fora de si tocant de peus a terra.

Les potències no acaben d’unificar-se del tot com si es tractés d’una sola, però és tan forta la intensitat d’atracció que la voluntat sent pel Senyor que arrossega l’enteniment. És cert que la imaginació i la memòria, a mode de “*maripositas de las noches inoportunas y desasosegadas*”, donen molta guerra. Malgrat tot, la persona

voldria ser enterament per al Senyor i viure plenament, però ha de fer front a aquesta mena de voler i no acabar de poder.

Dins seu ha crescut una fortalesa insospitada. Voldria lloar el Senyor sense parar i servir-lo en tot moment. Res no se li fa costa amunt si es tracta de complaure'l. És com si, en algun sentit, perdés el seny. Tanmateix, el més curiós és que el gran foc d'amor de Déu amb què ella "es crema" escalfa i contagia tot el que fa i els que té al seu entorn. Tothom en surt beneficiat.

Aquest estat de coses mostra un paral·lelisme amb el contagi emocional que es produeix quan algú parla convençut, tot creient de veritat el que diu i expressant el que ha viscut intensament i l'ha commogut a fons.

La diferència entre la pregària de quietud i la pregària de l'estima contagiosa rau en el fet que, en el primer cas, la persona orant se sent molt confortablement atreta pel goig intern que experimenta i no voldria que mai s'acabés aquella experiència. Ara, tot i que la persona se sent embolcallada per una lluminositat que la trabsalsa i treu de si, està disposada a viure o a morir i fins i tot a anar a l'infern si així ho vol el Senyor. Ell està amb ella i res no l'espanta.

Com a fruit d'aquesta experiència, la persona es torna més oberta als altres i més disposada a treballar per al Regne de Déu. Descobreix que el sentit de la contemplació és no quedar-se en la quietud, sinó passar a l'acció. És el moment de l'experiència en què l'acció i la contemplació han d'unificar-se; és a dir, que de la Marta i la Maria de l'Evangeli se n'ha de fer una sola persona.

Els efectes d'aquesta unificació de les potències, encara que no sigui total ("*no acaban de estar engolfadas en Dios*") tenen grans repercussions en la vida diària de la persona:

—La ment es clarifica, s'harmonitza, aprofundeix en el sentit de la vida, dels esdeveniments. Se centra. Veu el que hi ha més enllà de les aparences.

—Es desenvolupa la sensibilitat interna, de forma que es percep la realitat del món i la pròpia d'una manera més correcta i profunda. Com si el subconscient s'unifiqués amb el conscient i s'obris a la supraconsciència.



—Descobreix que més enllà de les aparences existeix la unitat de l'amor i sorgeix la pau, l'autèntica pau que neix de la serenitat del fons habitat per la presència divina.

—És conduïda a descobrir qui és veritablement: pobra, estimada per Déu i encarregada d'una missió de servei universal; la qual cosa vol dir que està cridada a aportar quelcom original a la gran harmonia de l'Univers. Des d'aquesta sintonia amb l'Amor Creador i amb el coratge rebut podrà afrontar els treballs més feixucs. Els màrtirs de la fe pogueren acarar amb goig el sofriment gràcies a la força lluminosa del centre-amor-Déu que transformava la seva feblesa en fortalesa.

Aquest estat de pacificació i coratge es dóna sense cap mena d'esforç. Quan es produeix massa esforç, significa que encara hi ha alguna resistència que s'oposa a alguna cosa que ha de ser foragitada o transformada. Per aquesta raó, és falsa la posició d'aquells que volen arribar a la quietud sense el compromís de solidaritat amb els germans.

Tanmateix, en aquest estadi té espai una extraordinària eficàcia i creativitat en l'acció. Però el més curiós del cas és que l'acció s'acaba en tots els aspectes i no deixa residus; cada acció es completa en si mateixa. La persona no es queda pensant en allò que ha fet o en allò que no li ha agradat fer. No hi ha cap ressò de cosa inacabada. Cada instant és una situació plena, completa, i ho és tant en el moment de l'acció com en el moment del silenci contemplatiu. "Qui tot ho arrisca per Déu" rep de Déu el do de la clarividència i la pau en si i amb el seu entorn, encara que visqui enmig de "guerres".

Malgrat el que acabem de dir, aquesta fase d'integració interior no és durable. Mentre vivim, anem fent camí vers la LLUM, però no som mai plenament llum. El cert és que la persona que fa pregària amb perseverança aprèn a viure des d'un fons de goig serè i amb una gran disponibilitat de servei sense partidismes: Ella és una persona de cor universal.



### **Quart grau de pregària: unió mística**

En la pregària d'iniciació a la unió mística —tercer grau— la persona orant sent que ha mort a les coses del món. No sap què li passa, però encara encerta a explicar els seus sentiments servint-se de símbols. D'alguna manera, els símbols són l'eina per a fer-se entendre. La feina de l'hortolà és minsa, però hi treballa.

En la quarta aigua, la persona orant viu el treball, val a dir que es tracta de treballs molt subtils i profunds, amb gran goig i serenor, perquè l'aigua que rega el seu hort procedeix del cel. És aigua de pluja que amara la terra i la prepara per a germinar la llavor que s'ha sembrat anteriorment. L'hortolà gaudeix d'una situació de privilegi i pot restar tranquil perquè, passi el que passi, al seu hort no li mancarà l'aigua. Hi ha algú més poderós que ell que és el veritable AMO de l'hort i que en té especial cura.

El gaudi que experimenta l'hortolà davant del plugim suau que ve del cel és d'una qualitat i intensitat tan gran que, tot i no entendre en què consisteix, comprèn que constitueix la síntesi de tots els béns. El seu hort mai no havia estat tan ben regat i mai no havien brollat les plantes amb tant vigor i bellesa, ni s'hi podia respirar la serenitat del capvespre que ara es percep en contemplar el sol que se'n va a la posta.

Té la certesa que està rebent el Bé de tots els béns. En aquesta situació que viu, no és pas estrany que els sentits restin embadalits en la contemplació amorosa del Bé i que no es puguin ocupar en cap altra cosa, ni exterior ni interior, que no sigui donar gràcies a l'autor de la pluja pel do que li ha estat ofert.

Tanmateix, ara li succeeix una cosa ben curiosa: la intensitat i la profunditat del goig és sens dubte de més qualitat i, per tant, sembla que hauria de resultar-li més fàcil la seva descripció. Doncs passa a l'inrevés: no troba la manera de fer-ho.

Si ho analitzem bé, aquest fet té una clara explicació. En la pregària d'iniciació a la unió mística —tercer grau— les potències no estaven del tot unificades, la qual cosa significa viure en un estat de consciència de separació. Aquest estat correspon, més o menys, a l'estil de viure quotidià per al qual existeix un llenguatge adient per tal d'expressar els sentiments, les actituds, les recerques del fer (ciència) o del tenir (política), etc. En el nivell de consciència d'unitat, les potències unificades i identificades amb Déu produeixen una situació tan desconcertant i estranya que la persona orant, en intentar utilitzar el llenguatge de la consciència de separació per tal de descriure l'experiència d'unio amb Déu, s'adona que aquest no li serveix.

Per al nivell del SER es necessita una altra forma d'expressió. Els místics han d'inventar una terminologia nova.

Santa Teresa va expressar amb gran claredat aquesta situació: segons ens fa saber, li resultà més difícil descriure l'experiència d'unio que parlar en grec. En aquella època, la parla culta era el llatí; ella era una dona sense lletres i el grec estava reservat a escassíssimes persones doctes, per descomptat totes del sexe masculí.

42

En què consisteix la pregària d'unio? Malgrat les dificultats exposades, intentarem donar-ne unes senzilles pinzellades seguint l'experiència de la santa.

El goig tan excel·lent que produeix aquesta pregària es voldria retenir per sempre o reproduir-lo a voluntat. Però això és impossible. És un estat d'embadaliment, d'admiració, de pau i harmonia semblant a l'estat experimentat pels apòstols mentre eren testimonis de la transfiguració del Senyor. Però de la mateixa manera que el cel s'obre i ens envia la pluja quan vol, el mateix succeeix amb aquest tipus de pregària: el Senyor regala els seus dons de presència a la persona orant quan Ell vol i com vol. És ell i no els nostres mèrits la causa de la pluja.

Un dia després de combregar, el Senyor va fer entendre a santa Teresa en què consistia aquesta pregària: *“El alma deshácese toda, hija, para ponerse más en mí; Ya no es ella la que vive, sino Yo. Como no puede comprender lo que entiende, es no entender entendiendo.”*

La persona orant, tot i no entendre què li passa, sap amb certesa que aquell goig és fruit de la presència de Déu en ella i no pot deixar de creure que és així.

En aquest estat les potències deixen d'actuar, la memòria d'allò que es medita es perd i si es llegeix algun text o es recita alguna pregària, tampoc no és conscient del que fa. L'única que resta activa és la voluntat, que està totalment entregada a estimar sense entendre com estima.

Un altre efecte que es produeix en la persona consisteix en el fet d'arribar a una gran claredat i profunditat en l'autoconeixement. Es veu a si mateixa com una gran pobra en tots els aspectes, i alhora s'adona de la gran dignitat que té pel fet d'haver estat estimada per Déu, malgrat les seves mancances i la seva gran ignorància.

*“Pieza a donde entra mucho sol, no hay telaraña escondida.”* Vol dir que la sensibilitat s'afina de tal manera que coses que a la gent normal ens passen desapercebudes, les persones unificades amb Déu les tenen per grans infidelitats al seu amor.

Com succeeix sempre amb l'experiència de l'amor veritable, els queda un gran desig de voler compartir la troballa amb els altres. L'amor rebut de Déu les encoratja a servir-lo amb tot el seu cor i amb totes les seves forces. Els altres copsen la positivitat de la persona unificada en Déu i se senten interpel·lats encara que no parli. Tota ella es transforma en canal de la gràcia divina. Ara bé! No s'hi val a badar. Cal estar sempre a l'aguait, perquè per molt alt que s'hagi arribat ningú no pot estar segur; d'altres han caigut de més alt. El Senyor ja ens ho advertí a l'Evangeli: “Pregueu, pregueu sempre perquè no caiguen en la temptació.”

Poden tenir lloc altres efectes més espectaculars com l'èxtasi, la levitació, el rapte de l'esperit, etc. Però el que ens interessa a nosaltres no és això, sinó l'aprofundiment en la unió amb Déu que és el principi, el mitjà i el fi de la nostra pregària.

Per a la persona que s'ha entregat totalment a Déu, res ja no l'importa d'aquest món: *“Todo es nada y menos que nada.”* Es guanya tot deixant-ho tot!

*“Desitjaria morir per poder gaudir del Senyor i poder lloar-lo eternament.”* Altrament, la persona està disposada a passar

“l’eternitat a l’infern” si així els altres poguessin trobar la llum de la fe en Ell, conèixer-lo i estimar-lo. Vist des de la raó, aquest plantejament és una insensatesa, però hi ha cops que l’amor pot pensar, sentir i fins i tot realitzar “bogeries” sensates.

“*Son almas fuertes a las que el Señor les da a conocer sus secretos*” i els hi encomana que cuidin dels germans febles. L’Església i el món estan molt necessitats de persones orants i de sants, perquè són els veritables transformadors de la societat.

Podríem afirmar que el camí de la pregària descrit consisteix a transitar DE L’AUTOCONeixEMENT A L’EXPERIÈNCIA DE LA BONDAT DE DÉU!

## Un estil de pregària convincent (Mt 15, 21-28)

Després d'haver treballat la teoria sobre la pregària ens pot ajudar un cas pràctic: demanarem a una persona que tingué la gosadia de fer que Jesús canviés d'actitud que ens ensenyi a encertar en l'itinerari de la nostra pregària quotidiana. Ens estem referint a una dona cananea de la qual l'Evangelí no ha conservat el nom, però que ens ha transmès els seu coneixement profund sobre la importància d'insistir en la petició.

Per tal de facilitar l'exposició dels fets reproduïrem el text (Mt 15, 21-28):

“Jesús se'n va anar d'allí i es retirà a la regió de Tir i Sidó. Una dona cananea, que era d'aquell territori, vingué a trobar-lo i es posà a cridar:

45

—Senyor, Fill de David, tingues pietat de mi. La meva filla està endimoniada i sofreix molt.

Jesús no li tornà contesta. Els seus deixebles es van acostar i li demanaven:

—Fes-la marxar: no fa més que cridar darrere nostre.

Jesús els digué:

—Únicament he estat enviat a les ovelles perdudes d'Israel.

Però la dona va prostrar-se davant d'ell i li deia:

—Senyor, ajuda'm!

Jesús contestà:

—No està bé de prendre el pa dels fills i tirar-lo als gossets.

Ella digué:

—És veritat, Senyor, però també els gossets mengen les engrunes que cauen de la taula dels seus amos.

Llavors Jesús li respongué:

—Dona, és gran la teva fe! Que es faci tal com tu vols!

I des d'aquell mateix moment es posà bona la seva filla.”

L'escena succeeix en el país de Tir i Sidó, és a dir, es tracta d'un país pagà. Per les raons que sigui, Jesús va traspasar la frontera d'Israel, cosa no freqüent en ell. Més aviat podríem dir que no se sentia inclinat a aquest tipus d'incursions. En principi, sembla que si bé havia decidit visitar alguns pobles pagans, per la conversa amb la dona no apareix com a probable que la seva intenció fos afavorir els no israelites.

Tres són els protagonistes de l'escena: els apòstols, la dona i Jesús. Tres figures molt aclaridores per comprendre les nostres actituds.

Els apòstols diuen a Jesús: “Fes-la marxar! No fa més que cridar!” Ens hi podem sentir plenament identificats. Quan alguna persona ens crea problemes, ens n'allunyem o la fem callar. No volem complicacions.

El diàleg entre la dona i Jesús resulta molt alligador, tant pel que fa al to com al contingut. Creiem que reflecteix d'una forma molt palesa un camí de pregària molt freqüent.

46

En primer lloc, ens trobem amb el silenci de Jesús. La dona demana la guarició de la seva filla i Jesús no li respon. A vegades, aquests silencis de Déu davant dels nostres sofriments se'ns fan insuportables. Però encara és més fort el que ve a continuació: Jesús no solament no li ha contestat, sinó que en prostrar-se ella davant seu, rebutja la seva petició dient-li que no estaria bé escoltar el que ella vol i fer-li cas. Que fort! Oi?

Tanmateix, la dona agenollada davant d'ell, mitjançant la seva actitud, adora la no resposta de Déu, adora el fet de no ser escoltada, adora el misteri que no comprèn... Però d'una cosa està segura: Jesús ho pot fer, pot realitzar allò que el seu cor de mare demana. Sap que Jesús és sensible al sofriment perquè és humà i alhora és Déu i la pot escoltar.

No discuteix els arguments que li dóna Jesús; insisteix humilment tot exposant-li els seus motius com a mare. La pregària, al cap i a la fi, sempre ha de consistir a donar la raó a Déu i deixar-lo



fer encara que no entenguem el seu silenci o el fet que les coses no siguin com nosaltres voldríem. Deixant que Déu sigui Déu en nosaltres, estant d'acord amb Ell sempre hi sortirem guanyant.

Jesús es deixa vèncer per la fe humil i perseverant. A la dona no li ha molestat ser tractada com un gosset, no s'ha deixat atrapar per l'ego, sinó que ha anat al fons de la simbologia i ha replicat amb una altra simbologia: les engrunes sota la taula dels amos també poden alimentar els gossets.

Podríem dir que Jesús ha estat derrotat, o tal vegada, amb la seva actitud indiferent i de certa llunyania Ell ha provocat que la dona fes un pas endavant en l'autoconeixement i la confiança en la misericòrdia de Jesús: "Dona, és gran la teva fe!" i, aleshores, no pot sinó sentir admiració per l'actitud de la dona.

La cananea reconeix que segons el disseny de Déu el poble de l'Aliança té prioritat, però Déu dóna la gràcia de la salvació a tothom perquè tots som fills seus; fins i tot els "pagans", els no creients, són els seus destinataris.

Quina lliçó! Nosaltres, sempre tan convençuts dels nostres privilegis! I tan exigents per ser tan "bones persones"! Per a Déu, l'únic motiu decisor per actuar és la fe d'aquell que se sap pobre i li fa plena confiança.

En la narració paral·lela de l'evangelista Marc (7, 24-30) Jesús declara: "Per això que has dit, vés-te'n." Quina sort la nostra si Jesús ens digués aquestes paraules: "Per això que has dit, has estat escoltat"...

Perquè les nostres pregàries siguin escoltades han de brollar d'un cor:

—Que estima els altres amb "cor de mare" i que sent compassió pels sofriments dels germans.

—Que malgrat els silencis i la no resposta immediata de Déu, li dóna la raó. Adora en silenci i gratitud els seus designis incomprensibles i el deixa fer. Com diu el Salmista (Sl. 36): "Encomana al Senyor els teus camins, confia en ell, deixa'l fer."

Sí, si el Senyor troba en les meves actituds, sentiments i obres aquesta paraula “de fe” en ell que l’ha emocionat, puc “anar-me’n en pau” i continuar serè caminant per la vida.

“Que es faci tal com tu vols.” Com si Jesús li digués finalment: “Dona, que es faci la teva voluntat, encara que, aparentment, no acabi de coincidir amb els plans històrics de salvació del poble d’Israel.” La filla fou curada immediatament en acabar de parlar Jesús. I és que quan Jesús parla, totes les coses obeeixen la seva veu i tot tipus de dificultats canvien de signe. La clau del miracle narrat en aquest text evangèlic han estat la compassió de Jesús i l’amor de mare. Els dos protagonistes es posen d’acord per cercar el bé, no per a ells, sinó per a la filla de la dona cananea.

L’amor mai no s’ofega en un cercle tancat. És sempre EXPANSIU! Quina lliçó tan bella de pregària ens ha ofert aquesta narració evangèlica!

## **La confiança és la riquesa del pobre**

Santa Teresa ens ha definit la pregària com un diàleg d'amistat amb Déu, però tota amistat enfonsa les seves arrels en la confiança. Sense fer-se mútua confiança, no es pot donar un diàleg d'amistat. És per això que en aquest capítol ens proposem donar algunes pinzellades sobre aquesta actitud bàsica.

Es tracta d'una actitud que ens dinamitza i ens fa expandir ajudant-nos a la plenitud de ser. No hi ha res més profund i creatiu que l'obertura a l'amor sense reserves, però la relació enriquidora és, abans que res, confiança.

Confiar significa entregar-se, obrir-se a l'altre/Altre i saber-se protegit perquè hom està en bones mans. És sentir-se cuidat amb entranyable tendresa per aquest algú/Algú al qual hem exposat les nostres necessitats i se les ha fet seves.

El punt de partença del confiant és la seva pobresa. Perquè la persona se sap pobra, cerca l'ajut dels altres/Altre i gràcies a les seves mancances se li fa present el rostre de la bondat/Bondat en el moment oportú. Dipositar en ells/Ell la nostra pobresa, sigui del tipus que sigui sense cap més seguretat que la confiança en el seu amor/Amor, ens fa sentir que som rics perquè no estem sols. La fe en la seva acollida incondicional ens omple de pau i serenitat. Quina esperança tan gran la nostra! Sentir-nos acompanyats i segurs.

No és pas estrany que la confiança entre amics/Amic generi alegria, comunicació, familiaritat... i que convidi a obrir el cor i revelar els secrets personals més profunds.

En el de mi/Mi per a tu, de tu/Tu per a mi, de nosaltres per a vosaltres... no existeixen barreres. Tanmateix, en el cas de la nostra relació amistosa amb Déu la iniciativa sempre és seva; és

pura gràcia que se'ns dóna quan Ell vol i com vol. Nosaltres només hi podem aportar la pobresa i la “determinada determinació” de la confiança en Ell.

En la relació de confiança entre amics-pobres, cadascú haurà de ser ell mateix sense haver de renunciar a la seva originalitat. No li ha de caldre renunciar a res que sigui bo i just, ni dissimular res per a ser acollit incondicionalment. Tan sols haurà d'abstenir-se “de negociar” l'estima per creure —falsa creença— que l'amor es compra amb “poder sobre els altres”.

L'amic confident és un altre jo o jo sóc d'ell/Ell. Puc fiar-me'n. Amb el seu procedir s'ha fet digne del meu respecte. La confiança amistosa exigeix veritat per ambdues parts. Quan la Veritat es revela a la nostra veritat, es fa més evident la nostra pobresa i alhora comprenem com en som, d'afortunats, per saber-nos sota el seu guiatge.

Obrir el cor a l'amic/Amic allibera de tensions iangoixes, però demana un donar —que per part de Déu sempre està assegurat— i un rebre que la llibertat humana no sempre està disposada a assumir.

50

La confiança amical serà sempre un compartir a fons el ser. El diàleg d'experiències entre els pobres es configura a base de gratuïtat i escolta amb concentrada atenció; parteix del “descenrament” de si posant-se en el lloc de l'altre, valorant-lo per allò que és malgrat les aparences en contra. Què sabem nosaltres del misteri de cada persona! No s'hi val a programar anticipadament la resposta aliena. Això, ja seria desconfiança. Podem preveure la reacció, però no exigir res. La confiança és, també, un misteri d'amor, acceptació i valoració incondicional.

Des de la confiança madura —no la ingènua— ens transcendim, creixem, reposem, les nostres capacitats es vigoritzen, som més creatius i eficaços en les nostres responsabilitats. En una paraula, ens tornem més humans perquè aprenem a comportar-nos amb senzillesa i naturalitat.

És possible que aquesta meravella es doni en la pràctica del viure quotidià? O es tracta només d'un somni o d'una utopia?

—No, no és possible trobar-la en la realitat si no es té ànima de pobre, si no s'ha fet una elecció amb determinada determinació (santa Teresa) de deseiximent de la superficialitat. Si el do de si no es converteix en intel·ligent servei gratuït, cal fer un discerniment per encertar quan hem de dir Sí o No. Si no ens allunyem de la falsa creença que la felicitat depèn dels altres o de les circumstàncies. Si no renunciem a voler ser perfectes sempre o que els altres ho siguin.

—Sí, és possible comptant amb l'ajut del Senyor i de la seva gràcia. Si sabem perseverar, malgrat les ensopegades i defallences, en la determinada determinació de voler aprendre a estimar. Si perdonem i ens perdonem tal com Déu ens perdona.

La confiança és la riquesa dels pobres del Regne: Déu els fa confiança!



## Cloenda

Com no podia ser d'una altra manera, acabarem el nostre treball amb unes paraules de santa Teresa:

La pregària és filla de “*Una grande y muy determinada determinación de no parar hasta (llegar a beber el agua de la vida). Venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabájese lo que se trabajare, murmure quien murmurare, siquiera llegue allá, siquiera se muera en el camino, o no tenga corazón para los trabajos que hay en él, siquiera se hunda el mundo...*”<sup>2</sup>

És tan important pregar sense defallir, que per res s'ha de deixar de fer i la raó és clara: “El Senyor, que és bon pagador, no es deixa vèncer mai en generositat” i, sense tardar, vindrà a socórrer-nos en les nostres necessitats i ens transformarà en Ell.

53

Que la vostra LLUM DE LA VERITAT, Senyor,  
il·lumini les tenebres de la nostra gran ignorància.  
Que des d'ella aprenguem a ser, com Vós,  
camí, vida i veritat per a tota la humanitat!  
Per tal que coneixent-vos a Vós  
arribem a descobrir la nostra veritable identitat.  
Veni, veni, Veritat eterna! i ompliu-nos amb la vostra claredat!





## Índex

Introducció .....	5
Sobre la pregària.....	7
Què vol dir pregar? .....	11
Estructura de la pregària.....	15
Primer grau de pregària: oració mental .....	21
Altres enemics de la pregària .....	27
Segon grau de pregària: entrada en l'oració de quietud .	33
Tercer grau de pregària: intensificació.....	37
Quart grau de pregària: unió mística .....	41
Un estil de pregària convincent (Mt 15, 21-28).....	45
La confiança és la riquesa del pobre.....	49
Cloenda.....	53

## COL·LECCIÓ QUADERNS IREL

Directors: Ramon Prat i Carles Sió

1. MANUEL LLADONOSA I VALL-LLEBRERA  
(exhaurit)  
*La sal de la Terra. Estudiants cristians  
en la Universitat i la societat.*

2. M. CARME AGUSTÍ I BARRI (exhaurit)  
*El Pessebre: Icona de la recerca humana.  
Una resposta a la crisi religiosa actual.*

3. AMADEU BONET I BOLDÚ  
*Vers un laïcat col·laborador de Déu en  
la creació.*

56 4. MANUEL LLADONOSA I VALL-LLEBRERA  
*L'aposta de la fe.*

5. RAMON PRAT I PONS (exhaurit)  
*Ser cristià avui. Una experiència.*

6. JESÚS GARCÍA  
*Presó i reinserció. Realitat o utopia?*

7. AGUSTÍ BORRELL  
*Jesús de Natzaret. A la recerca d'una  
biografia.*

8. JORDI FONT  
*El fet religiós, vehicle de salut i vehicle  
de malaltia?*

9. FRANCESC GAMISSANS, o.f.m.  
*Chesterton, la persona i el pensament.*

10. ANTONIETA MATEUS I GORGUES  
*Humanisme i religió.*

11 i 12. JOSEP MARTÍ CRISTÒFOL  
*Lectura metafísica-teològica de la poesia  
d'en Màrius Torres.*

13. FRANCESC GAMISANS, o.f.m.  
*El papa Joan XXIII, paradigma de  
bondat i pau.*

14. CARLES SIÓ I ROCA  
*Progressem èticament?*

15. JOAN JESÚS MORAL  
*Fenomenologia i discerniment.*

16. DIVERSOS AUTORS  
*40è aniversari del Concili Ecumènic  
Vaticà II. Balanç i prospectiva.*

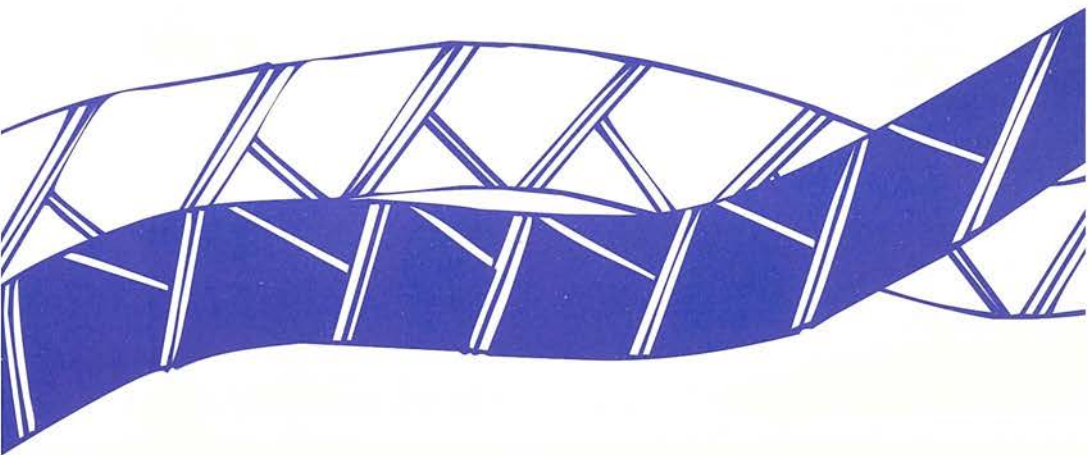
17. JOAQUÍN RECASENS MURILLO,  
FRANCISCA  
*Creació i ecologia. Festa divina, com-  
promís humà.*

18. M. CARME AGUSTÍ I BARRI  
*Autoconeixement i experiència de la  
bondat de Déu: la pregària.*



Institut Superior de Ciències Religioses de Lleida. IREL.

Canonge Brugulat, 22  
Tel. i fax 973 28 15 38  
25003 Lleida  
[www.irelleida.org](http://www.irelleida.org)  
[irel@telepolis.com](mailto:irel@telepolis.com)



Amb la col·laboració de:



**Ajuntament de Lleida**