

ÍMAC XIOM
SÈLLAV ÉVILO

LA PREGÀRIA, AQUESTA DESCONEGUDA



Suggeriments d'actitud per a pregar millor

Com que l'edició d'aquest llibre és particular, sota cap
concepte no es pot posar a la venda

Catalunya, 2017

Ímac Xiom (escriptura)
Sèllav Évilo (disseny de la coberta i maquetació)

La pregària, aquesta desconeguda

(Suggeriments d'actitud per a pregar millor)

Í N D E X

	Pàgina
Preàmbul	7
Introducció	11
Propostes d'actitud	17
1. Siguem pacífics	19
2. Siguem sincers	20
3. Siguem modestos	22
4. Siguem seriosos	24
5. Siguem conscients	24
6. Siguem generosos	25
7. Siguem perseverants	26
8. Siguem purs de cor	28
9. Siguem fermes en la fe	31
10. I, finalment, siguem agraïts	32
A manera de cloenda	35

PREÀMBUL

Ensenyament sobre la pregària (Lc 11,1-4; Mt 6,5-6)

Una vegada, Jesús pregava en un cert indret. Quan hagué acabat, un dels deixebles li digué:

- *Senyor, ensenya'ns a pregar, tal com Joan en va ensenyar als seus deixebles.*

Ell els digué:

- *Quan pregueu, digueu:*

*Pare,
santifica el teu nom,
vingui el teu Regne.
Dóna'ns cada dia el pa que necessitem,
perdona els nostres pecats,
que nosaltres també perdonem tots els qui ens han
ofès, i no permetis que caiguem en la temptació.*

- *I, quan pregueu, no sigueu com els hipòcrites, que els agrada de posar-se drets i pregar a les sinagogues i a les cantonades de les places perquè tothom els vegi. Us asseguro que ja tenen la seva recompensa. En canvi, tu, quan preguis, entra a la cambra més retirada, tanca-t'hi amb pany i clau i prega al teu Pare, present en els llocs més amagats, i el teu Pare, que veu el que és amagat, t'ho recompensarà.*

INTRODUCCIÓ

Ja fa temps que la pregària ha estat a bastament definida com un diàleg amorós amb Déu i el qui prega o, com diu més explícitament santa Teresa de Jesús, com «una comunicació amistosa, conversant amb Aquell que sabem que ens estima». A mi m'agrada creure que pregar també és com obrir de bat a bat la porta de casa nostra, sovint en penombra, i deixar que la Llum hi entri per a fer-hi estada.

Però, malgrat que obrir una porta, tancada fins i tot amb pany i forrellat, pot resultar més aviat senzill quan es té la clau adequada, esdevindrà pràcticament impossible si no se'n disposa. La pregària és, en aquest cas, com una clau mestra. També és un art i una disciplina amb les seves pròpies lleis, les quals necessiten ser respectades escrupolosament. Aquestes lleis o mètodes han estat tractats per multitud de sants i experts de tota mena i n'existeix una extensa bibliografia. Sincerament, admiro llurs reflexions i pensaments profunds, tot i que, moltes vegades, em queden força lluny de la terrenal superfície que generalment trepitjo.

Per altra banda, em dol comprovar que després de dos mil anys des que Jesús va ensenyar com s'havia de pregar, crec que, avui dia, no preguem gaire ni gaire bé. Fins i tot la immensa majoria dels cristians, que hauríem de ser un model a seguir, no hem copsat la relació tan íntima que es pot arribar a establir amb el Pare a través de la pregària. I encara m'estranya més sentir, de tant en tant, expressions com ara «sóc creient no practicant». Tal vegada es pot creure en l'amor i no estimar? La pregària no és només paraules o pensaments, sinó coherència de vida, és a dir, donar testimoni i exemple d'allò que es creu.

Per aprendre a pregar, l'ideal seria trobar un mestre espiritual que dominés l'art i les lleis de la pregària. Però això no sempre és possible. Tant de bo jo –humilment, és clar– fos capaç d'inspirar la manera de pregar més i millor! El que se m'acudeix, primer de tot, és que cal anar pas a pas per a ser cada cop més sensibles a la Llum –la presència de Déu– esmentada més amunt, per la qual cosa és absolutament imprescindible cuidar la nostra actitud, confiant sempre a rebre l'ajut de l'Esperit, però amb la certesa que sense la nostra participació activa i la nostra perseverança no hi ha res a fer. Proposo, doncs, tot un seguit de suggeriments, els quals considero indispensable tenir en compte per a poder reeixir en el

nostre propòsit. I convido el lector que es pregunti a si mateix, i es respongui amb honestedat, si està satisfet de la seva actitud davant d'aquestes propostes.

PROPOSTES D'ACTITUD

EN LA PREGÀRIA:

- 1. Siguem pacífics**, perquè per a pregar és essencial foragitar tota mena de ressentiment, rancúnia o enveja que enfosqueixi la nostra pau interior. Acceptem, doncs, la voluntat de Déu; acceptem les persones del nostre entorn tal com són i acceptem-nos nosaltres mateixos amb tots els nostres defectes i mancances, conscients, això sí, que no pot existir la pau sense el perdó. Perdó envers un mateix, perdó per als qui creiem que ens han ofès. I, lògicament, petició de perdó per les pròpies faltes comeses.

Tanmateix, no ens enganyem: cal reconèixer que la voluntat de la nostra condició humana no permet governar plenament els sentiments. Estimem o no estimem; perdonem o no perdonem. És lògic que ens sigui gairebé impossible perdonar certes atrocitats. Però davant la impossibilitat momentània de concedir el perdó, tinguem la humilitat d'adonar-nos-en plenament, alhora que demanem de tot cor al Pare del cel que ens en faci capaços, que això sí que és al nostre abast. Mentrestant, no deixem d'actuar *com si* ja haguéssim

perdonat i no femem mai la porta a la possibilitat futura d'obtenir la gràcia de perdonar verament.

I, sobretot, guardem-nos de tastar el verí de la venjança. No siguem hipòcrites («perdono, però no oblido») ni tanquem en cap cas una ferida en fals.

- 2. Siguem sincers**, apartem ben lluny de nosaltres el culte a l'ego i a l'orgull que configuren aquest personatge postís que, uns més, altres menys, hem construït i pretenem mostrar a tothom com si fos el nostre jo vertader. Aquest fet crec que és un tret inherent a la condició humana, potser fins a un cert punt comprensible. Però no ens enganyem, i sobretot no pretenguem enganyar Déu, perquè no hi tenim res a fer si no ens hi acostem despullats de tota ficció. Per a fer trobada amb Déu no hi ha altre camí que l'autenticitat, malgrat que la nostra vanitat difícilment admeti l'error. Realment, no podem evitar que l'ego, massa sovint, ens traeixi.

He descobert un conte popular d'origen indi, el qual escenifica força bé el que vull dir:

Un ermità centenari, de cabells blancs i rostre arrugat, es resistia cap al capvespre de la seva vida a posar-hi punt i final. Malgrat el seu cos castigat pels anys, tenia les seves facultats mentals sorprenentment lúcides i un caràcter serè, amb gairebé un únic defecte consistent en la possessió d'un ego tan arrogant, que el feia incapaç de reconèixer cap possibilitat d'error en tot allò que feia.

Com que per l'edat ja li tocava, Yama, el Senyor de la Mort, va decidir enviar un emissari seu perquè prengués l'ermità i el conduís al seu regne. Però, en sospitar-ho, l'astut ermità –que també posseïa poders màgics– va construir fins a trenta-nou figures idèntiques a si mateix, de manera que quan l'emissari s'hi acostà va quedar atònit en contemplar el que tenia davant seu i, consegüentment, li va ser impossible de distingir, entre els quaranta, l'ermità autèntic que s'havia d'emportar. Així, doncs, amb la cua entre les cames, se'n tornà cap al regne de Yama, al qual va informar del fracàs de la seva missió.

Yama, el poderós Senyor de la Mort va reflexionar uns instants, i acostant-se a l'emissari li va xiuxiuejar quelcom a cau d'orella, tornant-lo a enviar cap on vivia l'ermità, el qual, en pressentir la seva torbadora presència, s'aprestà altre cop a repetir el mateix

estratagema d'abans. Quan l'emissari va arribar per segona vegada davant dels quaranta eremites que l'esperaven, va exclamar bocabadat, amb un to de profunda admiració: «Realment, no havia contemplat mai res tan extraordinari!» I, després d'un breu silenci, va afegir com aquell qui no diu res: «Llàstima que aquí hi hagi un petit defecte». Immediatament, l'ermità vertader no es va poder contenir i, ferit en el seu amor propi, va preguntar incrèdulament: «Ah, sí? ¿I es pot saber on és aquest defecte?» El final d'aquest conte, és fàcil d'imaginar...

Per què tenim tanta por de mostrar-nos al Pare del cel amb tots els nostres errors i les petites o grans misèries que ens acompanyen; amb les nostres temences i la nostra profunda imperfecció? ¿És que potser no creiem que el Senyor accepta fins i tot el pecador més indigne, i acull tot aquell que s'hi apropa amb agraïment per les virtuts rebudes i amb contrició sincera per les faltes comeses? Per què ens costa tant d'entendre que l'amor de Déu no té límits?

- 3. Siguem modestos**, que les nostres expectatives contemplin amb veneració i humilitat els sants que ens han precedit. Tanmateix, pensem que de sant Joan de la

Creu o de santa Teresa de Jesús no n'hi ha hagut gaires al llarg de la història (encara que, d'anònims, tal vegada més del que ens puguem imaginar). La mateixa santa, en el pòrtic de les quartes estances del seu llibre *Las Moradas*, anuncia que «*comienzan a ser cosas sobrenaturales*», en què Déu assumeix la iniciativa i comença a percebre-ho l'ànima. Es tracta del llindar de les «*oraciones místicas*», camp d'especialització de la mestra de la pregària.

Per tant, no renunciem a res, perquè la bondat del Pare és infinita, però, en principi, més val no aspirar a ser protagonistes de grans esdeveniments espirituals o experiències místiques. Si algú creu veure visions o sentir veus angelicals, és molt possible que necessiti assistència mèdica o psicològica. Déu no acostuma a manifestar-se amb miracles extraordinaris. La seva acció és força més subtil, bo i transformant la vida de les persones. És com la llum i l'escalfor del sol que fa madurar un fruit de mica en mica. O el plugim que va xopant la terra erma a poc a poc i la fa fèrtil. No cal que ens amoïnem per cercar Déu, perquè és Ell qui ve al nostre encontre. Posem-nos senzillament en les seves mans amoroses i deixem-nos estimar, perquè quan es tasta la dolçor del seu amor, no cal res més. Algú ha dit que la troballa de Déu és com passejar per un jardí ple de flors. Tanmateix, si les volem agafar per fer-ne un ram,

s'esvairà el seu delicat perfum i acabaran per marcar-se'ns a les mans. No vulguem mai prendre Déu; deixem que Déu ens prengui.

- 4. Siguem seriosos**, oblidem tota frivolitat quan demanem obtenir alguna gràcia. Déu no escolta peticions mesquines o absurdes. No pretenguem convertir-lo en còmplice de sol·licituds absolutament supèrflues, tan presents en la nostra societat de consum actual, presonera de la tirania de les modes i de l'ostentació.

Preguem, doncs, per la pau al món, per la germanor entre nosaltres, per la justícia, per la salut pròpia o d'un ésser estimat, per un favor personal important, per tot allò que doni glòria a Déu. I, sobretot, preguem perquè Ell ens il·lumini el camí per a obtenir la seva misericòrdia.

- 5. Siguem conscients**, bo i fent un esforç per foragitar tota mena de distracció. Fins i tot prescindim de raonaments filosòfics o pensaments espirituals elevats, llevat que això ens ajudi a començar la pregària en si mateixa. Preguar –tal com es deia en la Introducció– és obrir de bat

a bat la porta del nostre ésser perquè l'Esperit Sant hi penetri sense trobar-hi cap obstacle. Siguem plenament conscients del moment que estem vivint; de la nostra integració en l'univers sota la llum del Creador. I si no sabem com assolir aquest estat, demanem a Jesús que ens mostri el camí, tal com van fer els apòstols.

- 6. Siguem generosos**, no creguem que ja n'hi ha prou amb resar un pàrois a la missa del diumenge i/o una breu jaculatòria en retirar-nos a descansar o en despertar-nos cada matí, o només quan ens vingui de gust o ens angoixi alguna desgràcia. Tot això està bé, però no és suficient. No és possible fixar un temps dedicat a la pregària igual per a tothom, perquè no tothom és igual (els entesos parlen d'un mínim de vint minuts dos cops el dia). Però pensem que Déu està disponible per a escoltar-nos les vint-i-quatre hores de tots els dies de l'any. Quina paradoxa tan gran quan veig el temps que sovint es perd en activitats quotidianes més aviat superficials o absolutament frívoles! Per tant, no siguem del puny estret en el temps dedicat a pregar, que això sí que és essencial. Pensem que no és possible gaudir d'una vida espiritual plena sense pregar. En circumstàncies excepcionals, fins i tot les nostres accions o la nostra respiració poden esdevenir pregària si així ho

desitgem d'una manera plenament conscient, vivint gairebé en una mena de pregària constant. Déu ben segur que ens ho acceptarà.

- 7. Siguem perseverants** i ordenats en les nostres pregàries. Acostumem-nos a pregar cada dia a la mateixa hora aproximada i al mateix lloc, mantenint una posició del cos còmoda però respectuosa i una respiració regular. Tanquem lleugerament els ulls –millor si la cambra està en penombra–, i amb prou silenci exterior, si és possible, per tal d'assolir més fàcilment l'interior, així com la concentració. Comprenc que això, per a nosaltres, immersos com estem en un món en constant brogit, no sigui gens fàcil, però cal que fem un esforç perquè la pregària necessita quietud i pau, les quals, al començament, potser podrem obtenir amb la lectura d'un fragment de l'Evangeli o d'algun salm que ens corprengui especialment. I si la pràctica habitual d'alguna tècnica com ara el ioga, el zen o la repetició mental d'un mantra (sí·l·laba, paraula o frase breu) ens hi ajuda, no dubtem a adoptar aquests sistemes, d'origen hinduista i budista –encara que alguns d'ells utilitzats també pels sants del desert en l'Església cristiana primitiva–, perquè de Déu només n'hi ha un i estima tothom igual.

Malgrat tot, hem de ser conscients que la nostra vida de pregària experimentarà, tard o d'hora i en més d'una ocasió, alts i baixos. Hi pot haver períodes de vertadera desolació que ens poden fer qüestionar si anem per bon camí o estem perdent el temps. Es tracta d'allò que sant Joan de la Creu anomena «*la noche oscura*» en què fins i tot la nostra fe pot semblar que trontolli. Ningú no està lliure de patir aquests parèntesis de sequedat espiritual, de durada generalment no gaire llarga, els quals de cap manera no ens han de descoratjar, sinó tot al contrari: convé aprofitar-los per a seguir caminant amb més força i amb la certesa que Déu no deixarà d'estar ni un sol instant al nostre costat.

Per tant, cal no defallir mai ni en la nostra actitud ni en les nostres peticions. Pensem en la paràbola del jutge i la viuda, segons l'Evangeli de sant Lluc (18,2-7), en la qual es narra la història d'un jutge que no tenia temor de Déu ni consideració pels homes, però que després de molts dies de no fer cas d'una viuda que li demanava de fer justícia, davant la seva insistència finalment va cedir. *¿I Déu no farà justícia als seus elegits que clamen a Ell de nit i de dia? ¿Creieu que els tindrà esperant? Us asseguro que els farà justícia molt aviat.*

La pregària de petició és trucar a la porta del Senyor, dia rere dia, amb la confiança i la convicció que tard o d'hora se'ns obrirà. I no creiem pas que aquesta mena de pregària tingui menys importància davant Déu que la d'acció de gràcies o la de contemplació. Pensem que el breu contingut del pàrenostre –precisament la pregària que Jesús va ensenyar als seus deixebles– és, ni més ni menys, que un reguitzell de peticions.

- 8. Siguem purs de cor**, aprenquem a descobrir Déu en les petites coses. Que no ens manqui en cap moment la senzillesa dels infants.

En un llibre que va escriure Anthony de Mello, sj (*Contacte amb Déu*) hi figura una història, també d'origen indi, que narra amb gran clarividència la força de la puresa:

En un llogaret bengalí vivia una pobra vídua, l'únic fill de la qual havia de travessar la jungla cada dia, per anar a l'escola situada en un poblet veí. Un dia el vailet digué a sa mare: “Mare, em fa por travessar la jungla tot sol. Per què no fas que algú m'acompanyi?”. I la mare li va respondre: “Fill meu, som massa pobres per a permetre'ns el luxe de tenir un criat que t'acompanyi

a l'escola. Demana-ho al teu germà Krishna: ell és el Senyor de la jungla i escoltarà el teu prec". I així ho va fer el noi, el qual, l'endemà va anar fins al començament de la jungla i cridà el seu germà Krishna, el qual li contestà: "Què vols, fill meu?". "Voldries venir amb mi cada dia a l'escola?" li va dir el noi, "¿i acompanyar-me de tornada a casa bo i travessant la jungla?". "Sí", li va respondre Krishna, "ho faré amb molt de gust". I, des d'aleshores, Krishna esperava cada matí i cada tarda el seu petit protegit i l'acompanyava a través de la jungla.

Va arribar l'aniversari del mestre, i era una tradició que cada nen li fes un regal. La vídua digué al seu fill: "Som massa pobres, fill meu, per a permetre'ns el luxe de fer un regal d'aniversari al mestre. Demana-n'hi un al teu germà Krishna". I, efectivament, Krishna va donar una gerra plena de llet al noi, el qual, molt content, va anar a trobar el mestre i diposità la gerra davant seu al costat dels presents dels altres nens. No obstant això, el mestre no en va fer gaire cas d'aquell senzill regal i, al cap d'una estona el noi va començar a ploriquejar i a queixar-se amb l'espontaneïtat pròpia d'un infant: "Ningú no presta atenció al meu regal... ningú no s'hi fixa!". Fins que el mestre digué al seu criat: "Per l'amor de Déu, emporta't aquesta gerra a la cuina, o no ens deixarà tranquils!". El criat va prendre

la gerra, l'abocà en un cossi, i quan anava a tornar la gerra al noi, quedà astorat en veure que la gerra tornava a estar plena a vessar de llet. La tornà a buidar però cada cop la gerra s'omplia tota sola.

Quan el mestre veié aquell miracle, va cridar el noi i li va preguntar: “D'on has tret aquesta gerra?”. “El germà Krishna me l'ha donada”, va contestar el noi. “El germà Krishna? ¿I qui és aquest germà teu anomenat Krishna?”. “És el Senyor de la jungla, que m'acompanya cada dia de casa meva a l'escola i de l'escola a casa meva”. El mestre, que no podia creure's el que sentia, va dir al noi: “Doncs anem tots plegats a veure el teu germà Krishna”; i, seguit pels seus criats i la resta de deixebles de l'escola, va anar amb el noi fins on començava la jungla i, en arribar-hi, li va dir “Ara crida el teu germà Krishna. Volem veure'l”.

El noi, llavors, va començar a cridar Krishna: “Germà Krishna...!, germà Krishna...!” Però el Senyor, que sempre havia acudit immediatament a la crida del seu petit amic, no compareixia. La jungla estava en el més absolut silenci, llevat de l'eco de la veu del noi cridant en va el seu germà Krishna. Finalment, el pobre noi, plorant amb desconsol, va cridar: “Germà Krishna, vine, sisplau! Si no vens no em creuran... i diran que sóc un mentider! Vine, sisplau, germà Krishna!” Aleshores,

per fi, el noi va sentir la veu del Senyor que li deia: “No puc venir, fill meu. El dia que el teu mestre tingui la teva fe d’infant i el teu cor pur i senzill, aquell dia vindré”.

I no oblidem les paraules de Jesús respecte a uns infants que se li van acostar en arribar a la Judea, procedent de Cafarnaüm, abans d’abraçar-los i beneir-los tot imposant-los les mans: *Us ho asseguro: qui no aculli el Regne de Déu com l’acull un infant, no hi entrarà pas* (Mc 10,15).

- 9. Siguem fermes en la fe** i en la confiança d’obtenir la gràcia de Déu. Jesús, Nostre Senyor, abans de concedir una petició, acostumava a demanar un testimoni de fe, tal com podem comprovar, per exemple, en l’Evangeli segons sant Mateu (9,27-30): *...dos cecs seguien Jesús tot cridant:*

–Fill de David, tingues pietat de nosaltres!

Quan va arribar a casa, els cecs l’anaren a trobar.

Jesús els preguntà:

–Creieu que ho puc fer, això?

Li responen:

–Sí que ho creiem, Senyor.

Lavors els va tocar els ulls dient:

*–Que es faci segons la vostra fe.
I els ulls se'ls van obrir.*

Tanmateix, la fe no la podem assolir tots sols, encara que, això sí, cal que tinguem l'afany sincer d'obtenir-la. La fe és talment com un tresor que Déu posa al camí de tots els humans, però s'han de tenir els ulls ben oberts per a descobrir-lo i no dubtem que *tot allò que demanareu en la pregària amb fe, ho rebreu* (Mt 21,22).

El poder de la fe és tan gran que fins i tot aquell qui en té pot intercedir per algú que no en tingui, com ara es narra a Lc 7,2-10 sobre un centurió que tenia fe i va obtenir un miracle de guarició per al seu criat, malalt a punt de morir el qual, molt probablement, no en tenia.

- 10. I, finalment, siguem agraïts**, perquè si som sincers, modestos, seriosos i perseverants, Déu acollirà la nostra pregària. I, amb aquest convenciment, ja podrem agrair-li la gràcia que esperem obtenir d'Ell. Es tracta de la pregària d'acció de gràcies que, encara que sembli il·lògic o paradoxal, cal anteposar a l'obtenció d'allò que s'ha demanat, quan es té el convenciment que Déu ens ho concedirà. I si aparentment no és així, pensem que Déu sempre respon als nostres precés, encara que la

resposta sigui negativa, perquè, sens dubte, ens farà mercè d'allò que més convingui al nostre camí per aquest món. Acceptem, doncs, la seva voluntat amb plena confiança i lloem-lo igualment.

A MANERA DE CLOENDA

Potser a algú li pugui semblar que per la seva edat, o qualsevol altra circumstància, ja no hi és a temps per a assolir una actitud adient per a pregar. O que és massa complicat haver de tenir en compte tot el que s'ha tractat en les pàgines precedents. En realitat, opino sincerament que només cal proposar-s'ho, perquè, ajudant Déu, no trigarà gaire a aconseguir la millora en algun dels aspectes esmentats. I això, sens dubte, ja val la pena.

Desitjo acabar aquesta breu monografia sobre l'actitud en la pregària afirmant –sense por d'exagerar– que ni que només hagués ajudat un sol lector a avançar pel camí de l'espiritualitat ja em sentiria satisfet. Però crec, així mateix, que es pot aspirar a alguna cosa més si aquest lector es fa ressò del que ha llegit.

Sempre m'ha semblat, i ara potser més que mai, que als cristians és com si ens fes vergonya proclamar les nostres creences; en altres paraules, som poc missioners. El tresor de la nostra fe el guardem tan amagat a casa que corre el perill de rovellar-se i fer-se malbé. Pensem-ho: no hi tenim pas només el dret i el goig, sinó també


l'obligació de compartir-lo. Primer de tot, mitjançant l'exemple de vida que humilment siguem capaços de mostrar a aquells que ens envolten. I, en segon lloc, atenent la recomanació del papa Francesc, el qual, en la seva exhortació apostòlica *La joia de l'Evangelí*, fa una crida a tot batejat perquè, sigui quin sigui el grau d'il·lustració de la seva fe, i d'acord amb les seves possibilitats, se senti agent evangelitzador en la mesura que s'hagi trobat amb l'amor de Déu en Crist Jesús.

No dubtis a divulgar el contingut d'aquest llibre, si creus que això pot ajudar algú. També es pot accedir al seu text visualitzant-lo o descarregant-lo gratuïtament a través del web:

www.andreumoixcami.cat

De la mateixa manera es poden obtenir tots els llibres publicats anteriorment dins d'aquesta col·lecció:

- **Déu, aquest desconegut** (Un testimoni de fe)
- **El més enllà, aquest desconegut** (El goig de l'esperança)
- **La caritat, aquesta desconeguda** (Esclat d'amor)
- **La pau, aquesta desconeguda** (Una utopia?)
- **La Verge Maria, aquesta desconeguda** (Un intent d'aproximació a la santedat de la Mare de Déu)
- **Déu en les petites coses** (A manera de joc per a aprofundir en l'espiritualitat)

(segueix) 

- **Cartes obertes** (Recull de pensaments d'un cristià)
- **El sofriment, aquest desconegut** (Reflexions sobre les causes del dolor i propostes per a humanitzar el tracte amb els malalts)