

PREGAR DES DEL TRÀFEC

Preocupacions i neguits (llegiu en grup: Lc 10, 38-42)

Quantes vegades no fem com Marta? Quantes vegades no deixem passar al davant moltes obligacions que considerem que són importants. Però realment, cal tanta immediatesa? És tot tant important? És obvi que el ritme de vida porta obligacions però, ¿no tindria més qualitat tot el que faig, les meves relacions amb les persones que m'envolten, si cada dia deixés un espai per escoltar què em vol dir el Senyor? No tindrien un altre color les meves preocupacions si fossin acollides amb la mirada neta que em dona el Senyor? Fins i tot, potser deixarien de ser-ho. Segurament Maria havia descobert el secret i tenia clar que per viure intensament primer calia aturar-se i escoltar la Paraula.

Objeccions lligades a la pregària

Fatiga: Sembla gairebé una bogeria, en la civilització del soroll i de la imatge, viure l'actitud del qui s'obre a discernir una Presència silenciosa i invisible, i amb tot, capaç d'escutar els sentiments i els pensaments del cor. I quan ens situem seriosament en aquesta nuesa enfront de Déu, experimentem por, ens posem inquiets. Però és des d'aquest abisme que podem començar el camí per comunicar-nos en la fe amb el Senyor.

No tinc temps: La manca de temps és gairebé sempre una coartada, una mala excusa. És sabut que són moltes les hores que molts creients passen davant la televisió o a Internet. El cristià, si vol ser i respondre a aquest nom, ha d'oposar-se amb força a la ideologia del treball i de la productivitat alienant, ha de comprometre's a trobar temps per escoltar Déu i dialogar amb Ell.

Les distraccions: Pregant, és inevitable que es trobin distraccions però no poden ser una excusa per no pregar: les distraccions no treuen eficàcia a la pregària, perquè aquesta continua essent un acte d'amor. Cal lluitar-hi, però també cal saber-les integrar en la pregària, descarregar-les en Déu, és a dir, transformar-les en ocasió de pregària.

Sóc inconstant: Tots coneixem períodes d'aridesa, en els quals no reeixim a pregar i ens amoïnem fins al punt de pensar que la pregària és impossible. La nostra inconstància es manifesta amb força sobretot quan compremem que la pregària suposa un pas de conversió dels desigs i de les voluntats humanes al disseny de Déu que, a voltes, ens contradiu dolorosament. Cal perseverança (...). (BIANCHI, E., *Per què pregar, com pregar*, Ed. Claret)

Algunes consideracions

• Per què pregar?

Si Jesús, que era de condició divina, pregava al Pare, no ho hauré de fer jo? Jesús pregava, pertanyia a un poble que sabia pregar. En Lluc veiem la pregària de Jesús lligada als moments més importants de la seva vida: en el moment del baptisme, abans d'escollir els Dotze, en la transfiguració, a Getsemaní, a la creu... En la paraula "Pare" es troba tot el secret de la vida i de la pregària de Jesús.

Cada cristià ha de poder arribar en la seva vida a experimentar la joia de sentir-se unit al Senyor en la pregària. Si l'ha descobert, que hi perseveri (...). Si no ho ha aconseguit mai, que demani al Senyor el do de la pregària.

• On pregar

En un lloc silenciós i discret, adoptant una posició còmode amb el cos... I també, al carrer, al tren, mirant el mar, un arbre...

• Com pregar

Des de la humilitat, del saber-me pecador, des de la joia, demano, lloo, dono gràcies al Senyor. Per foragitar els pensaments invasius va bé la repetició constant d'una frase de l'Evangeli o dels Salms: "Déu meu, Déu meu....", "Senyor tingueu pietat, Crist tingueu pietat, Senyor tingueu pietat"... La repetició de la frase representa una situació bàsicament afectiva. En repetir-la, no es tracta de penetrar-la, prou que la sabem!, ni de trobar la seva veritat lògica, sinó de deixar que ens configuri... (CABALLERO, N., *Quando oréis, no habléis mucho*, Ed. EDICEP)

• Quan pregar

En un moment tranquil del dia: al matí, abans de començar l'activitat o bé a la nit, tot i que és perillós pel cansament i la son. És important fixar un temps i ser-li fidel.

Pregar sempre! per tal de viure una existència marcada pel que el Pares anomenaven *memoria Dei*, el record constant de Déu: "Pregària incessant vol dir tenir la ment adreçada a Déu amb gran fervor i amor, restar sempre fermes en l'esperança que tenim en ell, confiant-li qualsevol cosa que fem i qualsevol cosa que ens passi". (BIANCHI, E., *Per què pregar, com pregar*, Ed. Claret, p. 49)

QÜESTIONS

Què ho fa que trobis moments, o no, per fer pregària?

Com preguntes? Quan preguntes? On preguntes?

Tens un hàbit/rutina de pregària?

