Pregaria.cat

Entrada

La contemplació

Nota prèvia 1: Entenem aquí per contemplació aquella que es fa sobre la vida de Jesús, especialment sobre esdeveniments, curacions, crides, fets...etc. El mot contemplació és molt general i ara ens cal concretar-lo en una forma determinada.

Nota prèvia 2:

a)Aquells fets de la vida de Jesús tenen molt a veure amb la nostra persona i la nostra vida.

b) La imaginació pot ser un mitjà tant o més bo que la reflexió per accedir a Déu. Els artistes han deixat infinites mostres de fe i pietat en obres que encara que no eren fotos reals diuen molt dels valors i els sentiments de Jesús.

c) Contemplem a la nostra ment amb la imaginació allò que estimem i el nostre amor creix precisament per la contemplació.

Com fer-ho?

Contemplació:

a.- Ambientació. Lloc tranquil, recolliment físic i psíquic. Respiració pausada. Evitar interferències externes i internes en el possible. Acte de fe en la presència del Senyor dins nostre.

b.- Ell comença. El fet de la vida de Jesús que vaig a contemplar és ja un inici de la mútua relació. Ell comença el diàleg en el moment en què llegeixo o recordo un fet. Per exemple la conversió de Zaqueo.

c.- Imaginació creativa. Imagino amb els ulls tancats aquell fet. Començo pel més extern: els carrers, el soroll de la gent, com van vestits...després contemplo les persones centrals, des del seu exterior fins als seus sentiments, ansietats, recerques.... Escolto els mots, veig les mirades i entenc el que està passant a dintre seu.

d.- Fer-me present. De la contemplació memorística passo a fer-me present, com si hi fos en aquell moment. Em situo a dintre de l'escena (també va ser inspirada per a mi). Hi tinc uns certs drets a ser-hi per la gràcia de Déu. El que escolto, miro i sento, m'ho escolto, m'ho miro i m'ho sento. No serà que la Paraula vol parlar-me, vol mirar-me i es vol donar a sentir dintre el meu cor?.

e.- Fixar-se sobretot en Jesús. Ell és el centre, no el perdo de vista ni de l'escena ni de la meva realitat. Intento entendre es seus sentiments, emocions, dubtes, intencions i amors. És subjectiu, és clar. Sóc subjecte i tot ho visc subjectivament; no pot ser d'altre manera. Però per la meva subjectivitat Ell entra a la meva vida. Com si no?.

f.- Aplicacions i comunicació. Possiblement entenc que puc deduir alguna conclusió o aplicació per a la meva vida. També em comunico amb Ell amb breus mots o obrint el secret interior. Podria ser que sigui Ell el que d'alguna manera em convidi a una certa comunió més enllà dels mots. Em deixo portar i, si cal, seduir.

g.- Acció de gràcies. Sempre quan el temps de la contemplació acaba li dono gràcies, faig un breu repàs de com ha anat i inicio la tasca que tinc prevista: anar a classe, anar a la feina, atendre els clients, sortir amb un amic o la parella, agafar el metro o iniciar un treball professional... sabent que tot és continuació d'una presència real de Déu en mi.

No et pensis que és difícil, si estàs o et poses en pau interior. Fa falta una mica de temps, mitja hora com a mínim. Contemplar és una possibilitat per intimar ràpidament amb Ell. Val la pena.