Entrada

Pregar tot caminant

Per pregaria.cat el dl., 13/07/2009 - 09:00

D'entrada cal escollir una ruta segons l'edat, les forces, la preparació i l'ànim.

Pot ser una passejada per la ciutat, o per fora. Sempre la natura té quelcom de més transparent i pur; però també depèn de la situació que vius, del temps que tens i en el fons de com estigui el teu esperit.

Uns punts generals per pregar tot caminant:

1.- Passats uns primers minuts en els quals vas harmonitzant el ritme de la respiració, el ritme dels passos.... quan ja el moviment esdevé una cosa natural... fas un acte de fe en el Senyor que va amb tu, i que és arreu.

2.- Ulls oberts

Ulls oberts significa molt més que veure. Concentrat en la mirada, tant aquella que s'expandeix per l'horitzó com la que es fixa en la mitja distància fins la que acaricia els detalls immediats.

Ves mirant, i si cal disminueix el ritme....intensifica la teva concentració en tan sols mirar, surt de tu mateix cap a fora i torna a dintre teu amb el regal i el do del que veus.

Sempre anem amb pressa. Sempre anem centrats en el nostre jo. Molts cops la mateixa tensió ens impedeix mirar i gaudir de les formes, els equilibris, les imatges, els colors, les ombres, la llum... Podem anar perdent- nos enmig de tanta bellesa ignorada.

Dels ulls, les imatges van a la ment, i deixen un aroma especial en el cor. I del cor..... la pregària de l'agraïment, de la lloança, de la gratitud, de l'adoració, i del silenci en Ell.

3.- Orelles obertes

La nostra oïda molts cops està deformada. Massa habituada a la música estrident, al soroll mecànic, a aquella mena de remor de fons de la vida ciutadana. Tot caminant amb Ell neteja les orelles de tants de *virus* auditius que impedeixen escoltar els millors sons de la natura.

Sents cantar els ocells? Escolta'ls, si et plau. Ells es comuniquen, expressen, rítmicament van cosint molt cops una mena de teixit que embolcalla el bosc. Quines tonades més diverses! Quina bellesa de simfonia, la música primordial.

Escoltes potser el vent? El fresc del nord o potser la suau marinada; el que arriba fort i tot ho fa trontollar, o el que només acarona. Tons diversos que provoquen danses, i inspiren suggeriments sobre l'esperit i el pas del temps.

Ocells, veus humanes, vents, remor de l'aigua, ... tot un univers auditiu... que penetra dintre teu i explota en una pregària senzilla, una morada interior, un *" que magnífic que ets Deu nostre en la teva i nostra natura!! "*

4.- Olfacte, gust i tacte ben oberts.

Són vehicles de relació. Ens porten a les dimensions per les quals la realitat es comunica.

Olfacte de la humitat, de les olors, dels camps de blat i les fulles caigudes a la tardor... deixa que et vagi penetrant amb la seva suavitat o intensitat, que entri i modeli una mica la ment i el cor que olfategen també realitats de dintre i transcendents.

No sols el gust del que menges, també una mena de gust de conjunt, el gust de la relació, de la comunió amb la natura... que va purificant i va discernint possiblement el pas de l'Estimat.

Tacte dels arbres, aquells tan coneguts que formen part de la pròpia història, que potser els abraces d'any amb any. Altres de nous. Densitat, calor o fred, relleu, vibració, contacte, carícia, duresa, resistència.... tanta i tanta bellesa.

Pregar tot caminant, sol o amb altres, sempre amb Ell, i aquella creació que mostra el seu amor, i que avui per a la nostra generació és també una responsabilitat. Si l'estimem i ens deixem estimar per ella, respectant-la, no sols evitarem un desastre, sinó que humanitzarem la nostra vida.