Pregaria.cat

Entrada

Recés personal

Els evangelis ens parlen amb freqüència de com Jesús, durant la seva vida pública, es retirava a llocs solitaris a pregar. Aquests recessos a cops eren llargs, com quan va ser temptat en el desert, i altres vegades quotidians al matí o al vespre.

Aquest Jesús en actitud de comunicació amb el Pare, vivint interiorment, aquesta relació fonamental, ha estat icona, model i inspiració dels recessos que tants cristians i cristianes han fet a la seva vida, uns diaris, o quasi diaris, i d'altres més llargs i intensos.

. Quan fa dies que experimentes un neguit major que l'ordinari, que et provoca mal humor, centració excessiva en la teva persona, certa ira continguda i sensació de manca de valor en el que vius i fas… potser és l'hora de decidir celebrar un recés personal.

. Quan has viscut un esdeveniment trencador, especialment emocional, causat per la malaltia d'algú proper a tu, del traspàs d'aquest món d'un familiar o amic, de l'acomiadament de la feina, de problemes familiars o personals que es van allargant massa, i altres coses semblants… potser és l'hora de decidir celebrar un recés personal.

. Quan has experimentat joies imprevisibles, descobertes importants a nivell sobretot interior, trobades que deixen marcat el cor, consolacions espirituals sense causa precedent, realitats colpidores que et sembla que demanen resposta i altres situacions semblants… potser és l'hora de decidir celebrar un recés personal.

Decidir celebrar un recés personal

Decidir. Has de prendre una decisió aviat, no anar-ho deixant. Si no ho afrontes és la pitjor decisió, no decidir. Decidir vol dir que sí, que vols, que determines i per tant que fixes, que controles la teva agenda per ficar-hi un temps, ni que siguin unes hores, mig dia o un dia, que resten ja determinades, intocables a no ser que surti una urgència, reservades i dedicades al recés.

Celebrar. Està clar que sereu dos, el Senyor i tu. Però virtualment sereu molts, tots els que tu cridis a esdevenir presents a la teva pregària, a la teva relació, a les teves intencions. Estar amb el Senyor de forma més conscient és una festa, és una celebració, una trobada de l'Amic i l'amat, la relació de les relacions, el Tu-jo segur i present. No vas a fer un examen, ni menys un absorbiment personal, o un tancament… tot el contrari.

Recés. Cal determinar el temps, el lloc i el contingut.

Temps. Pot ser d'unes hores, mig dia, un dia o més, segons les possibilitats reals.

Lloc. Generalment a fora de casa, un espai públic, una capella, un monestir, una casa de recessos, un bosc…

Contingut. Cal, abans, determinar amb claredat el motiu que ha provocat el recés, potser en forma de pregunta, de recerca o de desig. Pots cercar alguns textos bíblics que creus que et poden inspirar, alguna lectura apropiada, i pensar el procés a seguir.

Molts cops et pot ajudar consultar el teu acompanyant espiritual, si el tens, o alguna persona de la teva confiança, no perquè et solucioni res, sinó per veure què li sembla el teu pla i si el pot enriquir amb el seu consell.

Durant el recés segueix el que havies previst, però deixa't portar per la Veu interior, donant a Déu la prioritat i el guiatge. Pren nota.

No abandonis fins omplir el temps dedicat. I després del recés serà recomanable una nova conversa amb el teu acompanyant o similar, per explicar-li i mirar de concretar de cara a la teva vida.

Vivim en una societat en què, si no portem nosaltres el timó de la pròpia vida, ens el porten altres. La darrera responsabilitat és nostra, i el millor ajut i suport és el del Senyor. Siguem clarividents. Sense una potent vida interior estem en risc de naufragar. Des d'ella, la nostra vida gaudeix de sentit, de donació i de graus de felicitat.

Jesús Renau sj