Entrada

LA MEDITACIÓ. Segona part

Per pregaria.cat el dl., 06/04/2015 - 09:00

LA MEDITACIÓ SOBRE LA VIDA o EXAMEN GENERAL

Hi ha una forma de **meditació que agafa com a matèria la vida**, generalment en un espai de temps concret com pot ser un dia. També es diu **examen general.**

Cal ressaltar-ne algunes característiques, com són: **començar amb l'acció de gràcies,** continuar amb el **repàs de com ha anat el dia** (o la unitat de temps que volem revisar), obrir-nos a la **reconciliació i demanar perdó** quan trobem pecats o faltes, i finalment fer la previsió del temps que ara comença. Per al **repàs** més aviat s'aconsella una **rememoració senzilla i amable,** atenent a dues dimensions, l'externa i la interna; és a dir, recordar el que va passar i com ho vaig viure interiorment.

En síntesi diríem que aquesta meditació sobre la vida té aquest ritme:

1.- acte de fe en la **presència de Déu en nosaltres**,

2.- acció de gràcies,

3.- memòria (interna i externa) **dels fets**: què ha passat i com ho he viscut dins meu,

4.- reconciliació amb el Senyor,

5.- previsió (externa i interna) **del temps que comença**: què passarà i com ho voldria viure dins meu,

6.- i **oferiment de tot**; pregar en amor a Déu.

Tant la meditació com l'examen (meditació sobre la vida), si es van practicant amb certa constància, es van també simplificant i van perdent l'ordre i la rigidesa dels primers temps d'aprenentatge.

TEXTOS PER A LA REFLEXIÓ

1.- **ORACIÓ DE SANT AGUSTÍ**

Vós sou, oh Crist,

el meu Pare Sant, el meu Déu Misericordiós,

el meu rei poderós, el meu bon pastor,

el meu únic mestre, la meva millor ajuda,

el meu estimat amic, el meu pa viu,

el meu sacerdot per l'eternitat, el meu guia vers la pàtria,

la meva llum veritable, la meva santa dolçor,

el meu camí recte, la meva Saviesa preclara,

la meva humil simplicitat, la meva concòrdia pacífica,

la meva protecció total, la meva rica heretat,

la meva salvació eterna...

2.- UNA MEDITACIÓ QUE PORTA A L'ORACIÓ

A la meditació cal parar-se en el que ens il·lumina i ens fa orar, sense preocupar-nos de la resta. No es tracta, en efecte, d'esgotar el sentit dels relats evangèlics i de comprendre-ho tot completament amb l'enteniment. El passatge evangèlic no és per a mi res més que un mitjà per trobar-me amb el Crist i parlar amb Ell. De vegades n'hi ha prou amb una sola paraula del text; m'hi aturo sense preocupar-me de la resta.

Beata Isabel de la Trinitat

3.- PREGÀRIA SOBRE L'EXPERIÈNCIA DE VIDA

La pregària és sempre una cosa privada, però mai és només privada. És una actuació de la totalitat de l'existència humana, i per això requereix decisió lliure i exercici responsable: no es pot deixar a l'humor o a l'emoció de cada moment, ja que l'home no pot irrompre segons el seu gust en les profunditats de l'existència, sinó que moltes vegades es consagra com condemnat a la banalitat de la quotidianitat.

Si se'ns pregunta alguna cosa sobre la manera de fer l'oració, no repetirem ara consells que són molt coneguts i que ni tan sols són exclusius del cristianisme: són més aviat consells per ajudar l'home a atendre la dimensió profunda de la vida, tantes vegades encoberta pel trànsit de cada dia. Però importa que aquesta atenció no només la tinguem quan estem sols i apartats, sinó enmig de la vida, amb els seus problemes, les seves alegries i les seves angoixes. Tal experiència és precisament la que ens descobriria no només el sentit, sinó la necessitat de l'oració, ja que és l'experiència d'alguna cosa que ens transcendeix i ens crida fora de nosaltres mateixos, a l'oració.

K. Rahner

PER A LA REFLEXIÓ PERSONAL

1.- He experimentat l'examen general o meditació sobre la vida? Què en penso com a mitjà per seguir millor Jesús?

2.- Cada dia o espai de temps concret miro de fer balanç del que he viscut, i previsió del que possiblement vindrà, a la llum de Jesús?

(Jesús Renau sj)