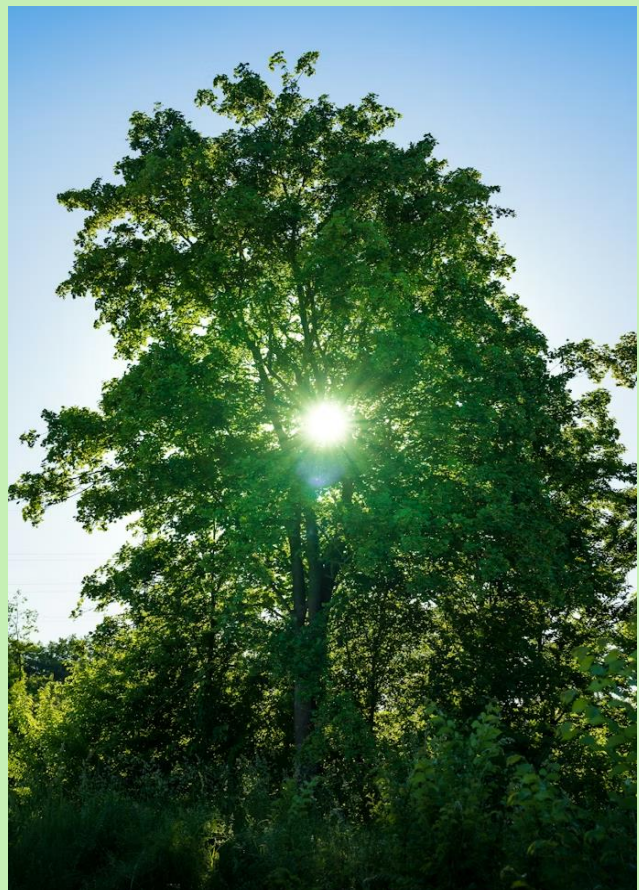


Tot té el seu moment,
sota el cel hi ha un temps per a cada cosa. (Conelet 3, 1)
2n Diumenge de Quaresma 2026 – Núm. 354

Vertical

Em dispo per aquesta estona de pregària, fent ben conscient la meva posició vertical. Sigui dempeus o assegut, asseguda, cerco la posició del cos que m'hi ajudi. Des de la cintura, faig un petit balanceig endavant i enrera del cos, assajant quin és el punt de major verticalitat de la meva columna vertebral. M'adono de com hi intervé la posició de la pelvis, de l'abdomen, del mateix diafragma, de les cervicals. Amplio aquesta alçada fent distància entre espatlles i rostre, suaument, evitant tensions. Mantenint sols les tensions necessàries per temptar la força de la gravetat, que em mantindria en posició horitzontal. Repto aquesta força natural entomant el meu lloc, cercant l'equilibri dinàmic entre gravetat i alçada, entre horitzontalitat i verticalitat. La vida m'hi empeny.

Des de l'accent posat en la vertical del meu cos, m'adono que el sentit de l'oïda m'ajuda a manternir-ne l'equilibri. Delerosa d'aquest punt que em permet reptar la força de la gravetat, m'enfoco en l'oïda. La paraula que em dispo a sentir, vibra en mi i es desplega per les cavitats del meu cos. Com en un receptacle, cada so desplega una tonalitat diferent, un matís propi.



Amb aquesta disposició, connecto l'àudio que m'apropa a escoltar la Paraula: [Mt 17,1-9](#). Si és el cas que puc connectar un auricular a cada orella, em proposo escoltar l'àudio ara amb una oïda, ara amb l'altra. Primer amb l'auricular a l'orella dreta. S'activa així l'hemisferi esquerra del meu cervell, i amb ell tota la meva lateralitat esquerra. Ocasíó per connectar amb els sensors de la meva racionalitat, anàlisi i capacitat numèrica. Faig atenció a com sona la veu dins meu, aquell "Escolteu-lo" al que se'm convida. Què es mou en mi quan sento aquestes capacitats activades al clam de "escolteu-lo"?

Tot seguit, poso l'auricular a l'orella esquerra. S'activa ara l'hemisferi dret del meu cervell. Amb ell, tots els sensors de la lateralitat dreta. S'obren les portes de la meva sensibilitat creativa, imaginativa, intuïtiva. Faig atenció a quina veu sona endins sota aquest "Escolteu-lo" des d'aquests sensors activats. Quin matís, quina tonalitat, a quina intuïció em porta?

Contemplo ara l'escena dalt de la muntanya, amb els dos hemisferis activats. Quina temptació s'hi presenta? Confort, seguretat, enlluernament... tres cabanes? Em percebo tocat, tocada? Cap on es decanta ara la posició vertical? Com queda afectada? Quin pas emprenc quan he tastat aquesta llum que transfigura?

"Porque entrando el hombre en Dios, entra y sale y encuentra buenos pastos dentro y fuera. Cuando uno ha encontrado este nuevo camino que comienza en el amor de Dios, puede volver a su propio país de donde había venido por un camino duro y lleno de peligros, para alcanzar el más alto amor de Dios... ¡Cuando se ha entrado en el amor divino, se puede siempre crecer en él, penetrando cada vez más en Dios! Entonces se podrá descender mejor para ver al prójimo y escucharlo"

(Pedro Fabro)

En el Parenostre d'avui demano afinar l'escolta. Demano parar l'oïda al so de: "ets el meu fill, la meva filla, estimat, estimada". Demano deixar-me tocar per aquestes paraules i disposar-me al camí de baixada sota aquest impacte. Dono gràcies a Déu per la força de la seva presència i mirada transparents.



"Transparencia tuya"
Salomé Arricibita