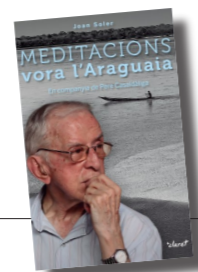


**CONSCIÈNCIA D'ARA**  
Cada dijous  
I la setmana que ve:  
**Jordi Pigem:**  
àngels i robots

## Estils



### EN COMPANYIA DE PERE CASALDÀLIGA

El llibre *Meditacions vora l'Araguaita*, de Joan Soler, recull conferències sobre aspectes de la vida de Pere Casaldàliga, com el seu amor per la terra.

# Biografiar, amb sinceritat, la pregària

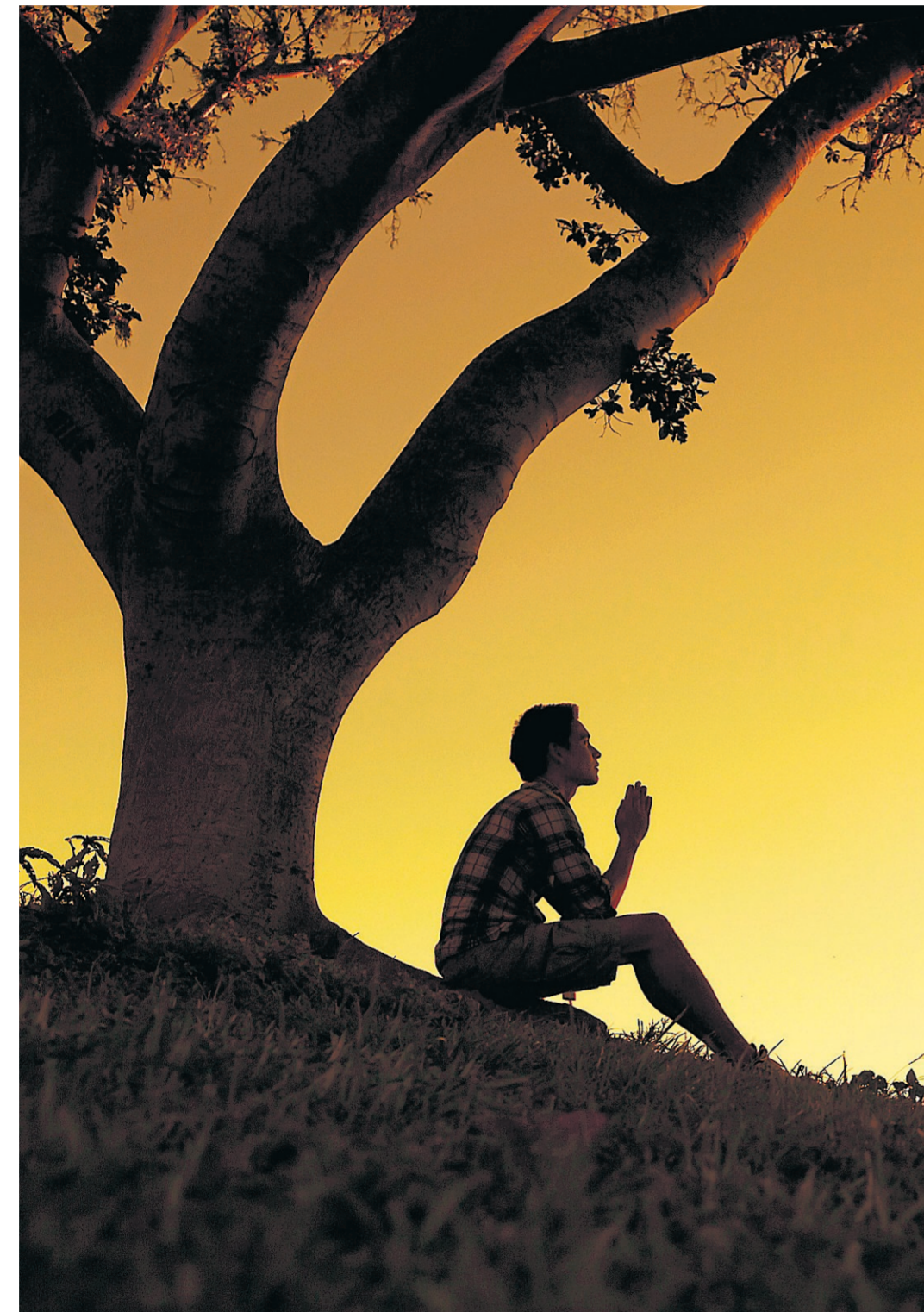
El filòsof Francesc Torralba descriu les fases que ha experimentat en relació a la pregària

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

Es llibres sobre els beneficis de la meditació comencen a saturar el mercat. Els manuals sobre la pregària també són habituals, però el que ja no ho és tan són llibres que s'endinsen en totes les etapes que implica pregar o meditar des d'una perspectiva íntima, no només assenyalant els aspectes més atractius. Amb la meditació ho va fer l'escriptor i sacerdot cristià madrileny Pablo d'Ors a *Biografia del silenci* (traduït al català per Angle) un dels llibres d'assaig més venuts en castellà dels darrers temps, probablement perquè defuig del manual i ens explica la seva vivència personal que també implica dolor físic, cansament i desídia, sense oblidar lògicament tots els aspectes beneficiosos i atractius d'aquesta pràctica. La mateixa editorial ens presenta ara un llibre similar en l'enfocament, tot i que se centra en la pregària, un aspecte menys comercial que la meditació. A *La vida secreta de la pregària*, elegantment escrit per un altre autor prolífic i sempre interessant, el barceloní Francesc Torralba, hi trobem un endinsament retrospectiu en les fases que ha experimentat l'autor al llarg de la seva vida en relació a la pregària. "Em pregunto què és pregar. Em qüestiono a mi mateix per què prego. Podria no pregar. Podria haver deixat de pregar com han fet la major part de persones de la meua generació", escriu en aquesta meua d'autobiografia espiritual molt adient per entendre aquest transcurs interior i també per veure com moltes de les persones que pregunten o que han deixat de fer-ho en realitat s'han quedat aturades en alguna de les fases. En aquest sentit, Torralba, sense que això sigui la seva finalitat, pot ajudar a sortir de bloquejos de qui el llegeixi, o si més no a desencallar determinades actituds que creïem definitives.

#### Diferència entre pregar i meditar

Per començar, i justament per no caure en l'allau de propostes que ens parlen de la meditació, Torralba ens explica la diferència: "La meditació és un exercici de lucidesa que no inclou, necessàriament, el reconeixement de Déu. La meditació és deslligament, desaferrament, i la pregària també, però en la pregària, tal com la concebo, hi ha la sortida vectorial cap al Tu amorós de Déu. La meditació és un procés, mentre que la pregària és un diàleg, una trobada interpersonal, un diàleg subtil, sense paraules; valgui la paradoxa: un acte de mútua hospitalitat que solament es pot entendre a través de la dialèctica del buidarse i de l'omplir-se".



El filòsof Francesc Torralba acaba de publicar el llibre 'La vida secreta de la pregària', on parla de la seva experiència en relació a la pregària. GETTY

El filòsof i teòleg divideix el camí de la pregària en set fases, la primera de les quals comença a la infantesa, on s'aprèn per imitació, repetint les pregàries de casa o de la comunitat de fe. D'aquesta repetició inconscient es passa a l'assumpció i, finalment, al desig de comprensió que, com assenyalava, no conclou mai plenament. "És difícil precisar -diu Torralba- en quin moment es produeix el canvi d'estació, la transició de la mimesi irreflexiva i inconscient a la petició egocèntrica i a la instru-

#### Creença A diferència de la pregària, la meditació és un exercici que no inclou el reconeixement de Déu

mentalització de Déu". I afegeix: "En aquesta segona etapa l'ego de l'infant és una font incessant de desigs que vol fer realitat a qualsevol preu. Déu era concebut com un satèl·lit de la meua vida, perquè el nucli de referència era el jo. Aquesta segona etapa acaba amb la frustració i deixa pas a una nova estació: la indignació, la retirada o, més ben dit, el tall de les relacions". La tercera etapa, de la qual moltes persones que han pregat no n'han sortit mai, és quan el jo descobreix, indignat, que Déu no respon a la lògica humana i titlla la pregària d'absurda. "En lloc de pensar la imatge de Déu i reflexi-

onar sobre la lògica del desig i l'existència en l'ego -explica Torralba- fa una esmena a la totalitat i marxa, i aquesta marxa va precedida d'una emoció molt tòxica, la indignació. L'adolescent espiritual se sent estafat, contrariat, enganyat".

#### Camí a la maduresa

A la quarta etapa, Torralba descobreix a Soren Kierkegaard, un filòsof que ja no l'abandonarà mai, i és llavors quan entén la pregària com un acte d'escolta. ("Resar no és oïr-se parlar a si mateix, sinó arribar a callar i, romanent callat, vetllar: fins que l'orant oïxi Déu" diu Kierkegaard). "Vaig entendre -escriu a *La vida secreta de la pregària*- que l'única manera de concebre per què Déu volia ser escoltat era aprofundir en la seva naturalesa més íntima: l'amor. Causa por ser receptiu a la Paraula de Déu perquè aquesta Paraula és una novetat radical. Paraula exigent, a la vida lliure, a la discreció, a l'anorreament de l'ego, a la pobresa voluntària, a la humilitat, a donar-se totalment. La Veu em cridava a ser un home nou i em sentia trist i culpable perquè veia en mi mesquinesa, una pila d'incongruències, hipocresia... Per això vaig copiar que pregar és, sobretot, un exercici de sinceritat, exercici molt ardu, perquè tendim a projectar una imatge falsa de nosaltres mateixos. La pregària és una lluita contra l'engany".

A la cinquena etapa, Torralba comença a pensar "que la Veu que em cridava no era la de Déu, sinó la meua. Em sentia decebut, sol, desemparat...". Una estació que, confessa, mai conclou definitivament, ja que sempre roman aquest debat interior i mai no ha aclarit què pot atribuir a l'atzar i què a la Providència. Etapa inevitable que el porta a la següent, on comença a sentir la necessitat d'agrair. I de nou Kierkegaard: "Un sospir sense paraules és la millor adoració quan el pensament de Déu només il·lumina dèbilment l'existència".

Finalment, a la setena etapa, Torralba veu que la missió de la pregària no és la de tranquil·litzar, ni donar comoditat, tampoc la de resoldre problemes socials. "En pregar penetro en zones de la realitat que són misterioses, que em qüestionen radicalment. No dona solucions, però sí llum i força per cercar-les", conclou l'autor, conscient d'haver arribat a una maduresa que no és cap port on estancar-se, sinó camí obert, atent al que se'n dona, com ell mateix apunta: "La verdadera maduresa espiritual rau a donar-se, a lliurar-se al Tu i als altres, a oblidar-se d'un mateix i a deixar que el riu de la vida flueixi".

## OPINIÓ

### L'acte polític de calmar la ment

ENRIQUE MARTÍNEZ LOZANO  
SOCIÒLEG I TEÒLEG

El compromís sol convertir-se en un activisme voluntarista que, sovint, és una projecció de les necessitats, ambicions o exigències del propi jo. En efecte, quan algú no pot tolerar el dolor o la imperfecció pot veure's cridat a una acció que pretengui acabar amb tot això al món. Però sembla clar que el que mou aquest tipus d'accions no és la comprensió ni l'amor, sinó la incapacitat pròpia per conviure amb frustracions i imperfeccions. Com ha escrit encertadament John R. Price, "fins que no transcendeix l'ego, només podrà contribuir a la bogeria del món". Quan això passa, el compromís es confon amb l'activisme, la lluita, l'alteració... en definitiva, amb la recerca de resultats tangibles.

D'altra banda, també la mística o la contemplació es poden convertir en abstracció. Per dir-ho amb altres paraules, no és possible millorar l'entorn fenomènic, per molt bones intencions que es tinguin, si no es transcendeixen les visions

No es pot aconseguir un món harmònic si es planteja el camí espiritual com una evasió de les dificultats i els conflictes de la vida

deformades produïdes per identificacions amb aspectes parcials de la realitat. No es pot donar pau al món si un no està en pau amb si mateix. Tampoc es pot aconseguir un món harmònic si es planteja el camí espiritual com una mera evasió de les dificultats i els conflictes de la vida. És l'errònia perspectiva mental la que fa possible creure que existeix una mística abstreta. En realitat, l'única espiritualitat que mereix aquest nom és no-dual. Amb raó deia Gandhi que "els que diuen que l'espiritualitat no té res a veure amb la política no saben què significa realment l'espiritualitat".

"Calmar la nostra ment -ha escrit Jack Kornfield- és un acte polític. Perquè el que el món necessita no és més petroli, ni més energia, ni més menjar. Necessita menys cobdícia, menys odi, menys ignorància". Sense treballar això, dubto que el que anomenem "compromís" faci un món millor.



GETTY

## Gent

TEXT:  
JOAN CALLARISSA

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

## Quisque ut arcu augue, vitae aliquet

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tinci-

dunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl. Maecenas suscipit feugiat lii, nec bibendum orci mi in elit. In ante leo, blandit noe sIn sit amet ris nulla ac dolor magna, id eleifend velit. Quisque consequat diam in eros suscipit eu fringilla arcu faucibus. Aenean vel diam est, non sodales neque. Fusce sed molestie ipsum. Nam et sagittis purus. In pretium condimen.