

# L'addicció al treball i el sentit cristià de l'activitat professional

El Papa Francesc ha demanat que “a ningú no li manqui la feina i que tots siguin justament remunerats i puguin gaudir de la dignitat del treball i la bellesa del descans”. En aquest text es vol ajudar a considerar com la dignitat del treball està vinculada íntimament amb la necessitat del descans.

03/03/2022

A la festa de Sant Josep Obrer, el Papa Francesc demanava que “a ningú li manqui la feina i que tots siguin justament remunerats i puguin gaudir de la dignitat del treball i la bellesa del descans”<sup>[1]</sup>. Treballar és la primera vocació de l'home. “El treball expressa i nodreix la dignitat de l'ésser humà, li permet desenvolupar les capacitats que Déu li va regalar, ajuda a teixir relacions d'intercanvi i ajuda mútua, li permet sentir-se col·laborador de Déu per tenir cura i desenvolupar aquest món, el fa sentir útil a la societat i solidari amb els éssers estimats”<sup>[2]</sup>.

La dignitat de la feina està íntimament vinculada, entre altres aspectes, amb la necessitat del descans. Quan els deixebles tornen de la seva primera predicació, contents pels prodigis, Jesús “no s'allarga en felicitacions i preguntes, sinó que es preocupa del cansament físic i interior, perquè vol posar-los

en guàrdia contra un perill que està sempre a l'aguait, també per a nosaltres: el perill de deixar-se portar pel frenesí del fer, de caure al parany de l'activisme, en què allò més important són els resultats que obtenim i sentir-nos protagonistes absoluts. Quantes vegades passa: estem atrafegats, anem de pressa, pensem que tot depèn de nosaltres i, al final, correm el risc de descuidar Jesús i posar-nos sempre nosaltres al centre”<sup>[3]</sup>. Un consell pràctic, continuava el Papa: “Aturem el frenètic córrer dictat per les nostres agendes. Aprenguem a prendre'ns un descans, a apagar el telèfon mòbil”. D'aquesta manera el descans “és també un moment propici per a la reconciliació, per confrontar-nos amb les dificultats sense escapar-se'n, per trobar la pau i la serenitat de qui sap valorar allò que té de bo”<sup>[4]</sup>.

## **Addicció a la feina**

No és estrany trobar avui dia persones que pateixen una mena "d'addicció" al treball professional. En els casos més greus es parla de "síndrome de *workaholism*<sup>[5]</sup>". Es tracta de persones que experimenten una necessitat excessiva i incontrolable de treballar incessantment, repercutint en la seva salut, en les relacions familiars i socials i en l'equilibri psíquic. Aquestes persones estan desproveïdes d'un regulador intern que els indiqui quan cal aturar-se.

Hi ha una gran diferència entre treballar a consciència i patir una addicció a la feina. De tant en tant, tots dediquem més hores i esforç a la feina que a estar amb els éssers estimats o descansar. Per exemple, començar un nou negoci pot ser una cosa que requereixi tot el nostre temps al principi. O un nou empleat pot invertir llargues hores per causar una bona impressió al començament

de la feina. Aquests exemples són excepcions que tots ens podem trobar en algun moment de les nostres vides. No obstant això, els *workaholics* operen així tot el temps, utilitzant els seus treballs com a via d'escapament. És possible treballar moltes hores, fer front a una hipoteca, enviar els fills a la universitat, pagar els dos cotxes i no ser un addicte a la feina. Treballar moltes hores no et converteix en un *workaholic*. No obstant això, si els amics o éssers estimats t'han acusat de negligència a causa de la teva feina, o si has fet servir o abusat de la jornada laboral per escapar de la intimitat o de les relacions socials, potser et cal fer un examen més detingut<sup>[6]</sup>.

Contràriament a la creença popular, l'addicció a la feina no consisteix únicament a ampliar desproporcionadament la jornada laboral, sinó que es manifesta

sobretot en una forma de viure i interpretar la pròpia activitat laboral. Per això, el que és realment important és la manera com s'afronta el treball, i la capacitat o incapacitat de desconnectar, així com la perícia per resistir la pressió causada per la competència d'altres empreses o la pressió del propi equip, ja sigui perquè els altres estenen la jornada laboral indefinidament o per les expectatives generades davant del responsable de l'equip.

Una peculiaritat de l'addicció al treball és la capacitat de contagi o imposició als empleats, posant en risc la salut, el benestar i l'equilibri de les seves famílies. En els casos més extrems, aquesta síndrome pot constituir un veritable trastorn obsessiu-compulsiu, arribant a requerir la intervenció d'un especialista. Però, en tot cas, cal que l'interessat reflexioni amb

profunditat sobre el projecte vital i sobre el valor de les diferents dimensions de la seva vida.

## **Valor humà i cristià de l'activitat professional**

Les consideracions següents poden ajudar a una reflexió serena sobre el valor humà i cristià de la feina. El treball professional -per a les persones més joves, l'estudi o la formació professional- és l'activitat que ocupa més hores cada dia i al conjunt de la vida. Hi conflueixen diverses tendències humanes: tendència a l'activitat, al desenvolupament de les pròpies capacitats, a la creativitat, a la col·laboració social, a configurar el món, a millorar la posició social i econòmica, etc., per la qual cosa és com una síntesi de diversos objectius i necessitats, que sant Josepmaria descriu molt bé en una homilia: «El treball, tot treball, és testimoni de la

dignitat de l'home, del seu domini sobre la creació. És una ocasió del desenvolupament de la pròpia personalitat. És un vincle d'unió amb els altres éssers, una font de recursos per a sostenir la pròpia família; un mitjà de contribuir a la millora de la societat en la qual hom viu, i al progrés de tota la Humanitat»<sup>[7]</sup>. Les arrels antropològiques de la necessitat de treballar són molt profundes, per la qual cosa la desocupació, fins i tot en el cas hipotètic que no comportés penúria econòmica, té un efecte devastador sobre la personalitat humana. "No em cansaré de referir-me a la dignitat del treball. El que dona dignitat és la feina. El que no té feina, sent que li manca alguna cosa, li manca aquesta dignitat que dona pròpiament la feina"<sup>[8]</sup>, afirmava el Papa Francesc.

A més del valor antropològic i social, el treball té un significat profund



metafísic i moral. En la perspectiva d'una metafísica creacionista, el treball és una participació en la creació i la configuració del món concedida per Déu a l'home<sup>[9]</sup>, expressió de la dignitat d'aquest últim i de la confiança divina de que n'és dipositari. Per a un cristià, el treball professional és, a més, un mitjà de santificació i d'apostolat. El treball esdevé un mitjà pel qual Déu ens santifica, i és també la manera com transmetem el seu Amor<sup>[10]</sup> al món: fem present la cura de Déu cap a cada persona i, viceversa, a través del treball dels altres rebem la seva cura amorosa. De fet, Déu vol atorgar els seus dons per mediació d'altres homes. Aquest és el sentit cristià de tota feina i per això depenem els uns dels altres.

Des del punt de vista moral, el treball apareix com una activitat en què conflueixen gairebé totes les virtuts ètiques: «La fortalesa, per perseverar

en la nostra tasca, malgrat les naturals dificultats i sense deixar-se vèncer mai per l'angoixa; la templança, per gastar-se sense reserves i per superar la comoditat i l'egoisme; la justícia, per complir els nostres deures amb Déu, amb la societat, amb la família, amb els col·legues; la prudència, per saber en cada cas què cal fer, i llançar-nos a l'obra sense dilacions...»<sup>[11]</sup>. També les virtuts socials i polítiques conflueixen a la feina. Aquesta pot ser font d'elevació econòmica i social o mitjà d'explotació de l'home.

## **Importància ètica del treball**

La importància ètica del treball es pot resumir dient que la «dignitat del treball està fundada en l'Amor. El gran privilegi de l'home és poder estimar, transcendent així allò efímer i allò transitori. Pot estimar les altres criatures, dir un tu i un jo plens de sentit. I pot estimar Déu [...]. Per

això, l'home no ha de limitar-se a fer coses, a construir objectes. El treball neix de l'amor, l'amor manifesta, s'ordena a l'amor»<sup>[12]</sup>.

Aquestes breus consideracions són suficients per advertir que el treball rectament plantejat és una de les principals formes d'amor i d'autotranscendència de la persona humana; i en això consisteix la seva dignitat més profunda i la clau de la seva regulació recta.

Els aspectes més importants des del punt de vista ètic són tres i estan força relacionats entre ells: 1) quantitat i qualitat de la feina, 2) motivació per la qual es treballa i 3) coordinació del treball amb les altres formes d'amor i transcendència de la persona.

La justícia obliga a treballar amb la intensitat raonable per a cada tipus de feina i amb la major correcció tècnica possible durant el temps

establert pel contracte laboral, pressuposant que el contracte és just. En cas de treball autònom, la virtut ètica de la laboriositat fixa el temps raonable, atenent les característiques de la feina, les circumstàncies de la persona i, si escau, les disposicions legals en vigor.

La motivació per la qual es treballa admet una certa variabilitat. És natural que en algunes persones prevalgui l'interès científic o tècnic suscitat per l'activitat exercida i en d'altres, la necessitat d'obtenir determinats ingressos. Però la motivació per la qual es treballa no pot contradir el significat antropològic, metafísic i moral de la feina. Si això passés, l'activitat laboral es desvirtuaria, causant danys a la pròpia persona, als altres i a l'activitat laboral mateixa. Motivacions insuficients o incorrectes són, per exemple, treballar “perquè no queda més

remei” fins al punt de treballar amb desgana, el mínim possible i amb errors o imperfeccions tècniques continus, que especialment en algunes professions poden tenir conseqüències greus (medicina, etc.); fer de la feina un mitjà d'autoafirmació: de demostrar a un mateix i als altres la pròpia vàlua, o bé la capacitat de vèncer la competència; treballar només per ambició o per desig de poder; veure la feina com una manera de refugiar-se o desentendre's d'altres obligacions. Aquestes motivacions són incorrectes, entre altres coses, perquè col·loquen la feina fora de l'àmbit de l'amor i de l'autotranscendència personal.

Si hom plantejés la feina no com a expressió de l'autotranscendència personal, sinó com una forma d'autoafirmació o en tot cas com una forma de satisfacció personal en si mateixa o de compensació d'un

dèficit afectiu o de caràcter, faria molt difícil, o fins i tot durament conflictiva, la coordinació de la feina amb les altres formes d'amor i transcendència personal, com són la família, les relacions socials (amistat, solidaritat, participació en tasques d'interès comú), la religió, etc. El treball mai no ha de referir-se només a si mateix, perquè, com ensenya el Papa Francesc, «en una societat realment desenvolupada la feina és una dimensió irrenunciable de la vida social, ja que no només és una manera de guanyar-se el pa, sinó també una llera per al creixement personal, per establir relacions sanes, per expressar-se a si mateix, per compartir dons, per sentir-se responsable en el perfeccionament del món, i en definitiva per viure com a poble»<sup>[13]</sup>.

No hi ha una única manera de coordinar harmònicament aquestes activitats, ja que la varietat de

circumstàncies i de vocacions personals permet traçar diversos gèneres o plans de vida moralment encertats. Però sigui d'una manera o altra, assolir una coordinació que no sacrifiqui cap de les dimensions fonamentals de l'existència humana és de la màxima importància.

És més, la figura traçada pel conjunt d'aquestes activitats constitueix una de les manifestacions més directes de l'orientació moral de fons que cadascú dona a la seva vida, ja que el tipus de vida que mira aquesta orientació profunda és el criteri que determina les prioritats entre les diverses activitats; i per això la distribució de temps, l'interès, l'atenció i l'esforç vital que es posa en cada cosa. Tot això es refereix de manera particular al treball professional que, pel temps i les energies que pot reclamar, necessita una vigilància constant perquè no es converteixi en element pertorbador

d'altres dimensions existencials d'igual o de més importància. També pot passar que la manca d'empeny o la insatisfacció professional sigui el factor desencadenant de crisis morals o espirituals que s'estenen als altres aspectes de la vida. En tot cas, l'obertura a l'amor i al lliurament, o negativament el replegament egoista sobre un mateix, es forgen en el bon ordre de les diverses activitats més que no pas en hipotètiques opcions purament espirituals.

Val a dir, en síntesi, que la visió cristiana de la feina, com un mitjà de santificació personal i aliena i d'enriquiment del món natural i humà, pressuposa que no es deformi la substància humana i social de l'activitat professional. I això depèn en última instància de que es resolgui adequadament una alternativa radical: veure la feina com una activitat que fa referència exclusiva al propi jo o, al contrari,



com una forma de transcendència personal vers els altres, cap a la societat i primerament vers Déu, que ens crida a completar la seva obra creadora.

---

[1] Papa Francesc, *Missa a la capella de la Casa Santa Marta, 1 de maig de 2020.*

[2] Papa Francesc, *Videomissatge amb motiu del 57º Col·loqui de la Fundació Idea, 13 d'octubre de 2021.*

[3] Papa Francesc, *Àngelus, 18 de juliol de 2021.*

[4] Papa Francesc, *Audiència General, 5 de setembre de 2018.*

[5] Encunyat per Wayne Oates, *Confessions of a Workaholic, World Pub. Co, 1971.*

[6] Bryan E. Robinson, *Chained to the desk: a guidebook for workaholics, their partners and children, and the clinicians who treat them*, Introducció, pàg. 4 and 5, New York University Press, 2011.

[7] Sant Josepmaria, *És Crist que passa*, n. 47.

[8] Papa Francesc, *Videomissatge amb motiu del 57º Col·loqui de la Fundació Idea*, 13 d'octubre de 2021.

[9] Cfr. ibíd., i també *Amics de Déu*, n. 57.

[10] «Ara entendreu encara millor que si algú de vosaltres no estimés la feina, la que li correspon!, si no se sentís autènticament compromès en una de les nobles ocupacions terrenals per santificar-la, si li manqués una vocació professional, no arribaria mai a calar en l'entranya sobrenatural de la doctrina que exposa aquest sacerdot,

justament perquè li mancaria una condició indispensable: la de ser un treballador» (*Amics de Déu*, n. 58).

[<sup>11</sup>] Cfr. *Amics de Déu*, n. 72.

[<sup>12</sup>] *És Crist que passa*, nn. 48-49. Cfr. Melendo, T., *La dignitat del treball*, Rialp, Madrid 1992.

[<sup>13</sup>] Francesc, *Enc. Fratelli tutti*, 3-X-2020, núm. 162.

Ángel Rodríguez Luño

---

pdf | document generat  
automàticament des de <https://opusdei.org/ca-ad/article/laddiccio-al-treball-i-el-sentit-cristia-de-lactivitat-professional/> (08/04/2025)