

Recés del mes de novembre

Et facilitem com a proposta, material perquè si no pots fer el recés de novembre de manera presencial, el facis des de casa teva.

03/11/2020

Què és un recés espiritual?

El recés espiritual és un mitjà de formació que consisteix a dedicar un temps per a aprofundir en la pròpia vida cristiana, fer examen i renovar

el desig de buscar la santedat en les circumstàncies de cada dia.

HORARI DEL RECÉS

► Meditació

► Lectura

► Rosari

► Examen

► Meditació

► Oració Papa Francesc

PRIMERA MEDITACIÓ (Novíssims)

.....

LECTURA (àudio i text)

Començar, ho fan molts; acabar, pocs, i entre aquests pocs hem d'estar els qui procurem captenir-nos com a fills de Déu. No ho oblideu: solament

la tasca acabada amb amor, ben enllestida, mereix aquell aplaudiment del Senyor, que podem llegir a la Sagrada Escriptura: *val més l'acabament d'una obra que el seu principi.*

Potser en d'altres converses ja m'heu sentit contar aquesta anècdota; sigui com sigui, m'interessa de recordar-vos-la novament perquè és molt gràfica, alliçonadora. En una ocasió jo cercava en el Ritual Romà la fórmula per a beneir l'última pedra d'un edifici, que és la important, ja que recull, com un símbol, el treball dur, esforçat i perseverant de moltes persones, durant molts anys. Em vaig endur una sorpresa en veure que no existia; calia conformar-se amb una *benedictio ad omnia*, amb una benedicció genèrica. Us confesso que em semblava impossible que es donés aquesta llacuna, i vaig repassar a poc a poc, bé que inútilment, l'índex del Ritual.

Hi ha molts cristians que han perdut el convenciment que la integritat de Vida, reclamada pel Senyor als seus fills, exigeix una autèntica cura en la realització de les tasques que els són pròpies, que ells han de santificar, descendint fins als detalls més petits.

No podem oferir res al Senyor que, dins les pobres limitacions humanes no sigui perfecte, sense màcula, fet atentament així mateix en els detalls més mínims: Déu no accepta les potineries. *Nooferiu res que tingui defectes*, ens amonesta l'Escriptura Santa, *puix que no seria digne d'Ell*. Per això, el treball de cadascú, aquesta feina que ocupa les nostres jornades i energies, ha de ser una ofrena digna per al Creador, *operatio Dei*, treball de Déu i per a Déu: en un mot, un quefer acomplert, impecable.

Si us hi fixeu, entre les moltes lloances que foren dites a Jesús pels

qui en contemplaren la vida, n'hi ha una que en certa manera les abraça totes. Vull dir aquella exclamació, reblida d'accents d'esbalaïment i d'entusiasme, que la multitud repetia espontàniament en presenciar atònita els seus miracles: *bene omnia fecit*, tot ho ha fet admirablement bé: els grans prodigis i les coses petites, quotidianes, que no van enlluernar ningú, però que Crist va realitzar amb la plenitud de qui és *perfectus Deus, perfectus homo*, perfecte Déu i home perfecte.

Tota la vida del Senyor m'enamora. Tinc, a més a més, una debilitat particular pels seus trenta anys d'existència oculta a Betlem, a Egipte i a Natzaret. Aquest temps —llarg— del qual, a l'Evangelí, amb prou feines se'n parla, ens apareix desproveït de significat propi als ulls de qui el considera amb superficialitat. I, això no obstant, sempre he sostingut que aquest

silenci sobre la biografia del Mestre és ben eloqüent i enclou lliçons de meravella per als cristians. Van ésser uns anys intensos de treball i d'oració, durant els quals Jesucrist va menar una vida corrent —com la nostra, si així ho volem—, divina i humana alhora; en aquell taller d'artesa, senzill i ignorat, com després davant la multitud, tot ho acomplí a la perfecció.

El treball, participació del poder diví

Des del començament de la seva creació, l'home —no m'ho invento jo— ha hagut de treballar. N'hi ha prou amb obrir la Sagrada Bíblia a les primeres planes, i hi podrem llegir que —abans que el pecat entrés en la humanitat i, com a conseqüència d'aquesta ofensa, la mort i les penalitats i les misèries — Déu va formar Adam amb el fang de la terra, i va crear per a ell i per a la

seva descendència aquest món tan bell, *ut operaretur et custodiret illum*, a fi que el treballés i el custodiés.

Ens hem de convèncer, doncs, que el treball és una estupenda realitat, que ens és imposat com una llei inexorable a la qual tots, d'una manera o d'una altra estem sotmesos, encara que n'hi hagi alguns que pretenguin d'eximir-se'n. Apreneu-ho bé: aquesta obligació no ha sorgit pas com una seqüela del pecat original, ni tampoc no es redueix a una troballa dels temps moderns. Es tracta d'un mitjà necessari que Déu ens confia aquí a la terra, dilatant-nos els dies i fent-nos partícips del seu poder creador, perquè ens guanyem el pa i collim alhora *fruits per a la vida eterna*: *l'home neix per a treballar, com els ocells neixen per a volar*.

Em direu que han passat molts segles i que són molt pocs els qui pensen

així; que la majoria, si de cas, s'afanyen per motius ben diversos: els uns, pels diners; d'altres per mantenir una família; i d'altres, per aconseguir una certa posició social, per desenvolupar llurs capacitats, per satisfer les seves passions desordenades, per contribuir al progrés social. I, en general, amb les seves ocupacions és com si s'enfrontessin amb una necessitat de la qual no poden evadir-se.

Davant aquesta visió obtusa, egoista, baixa, tu i jo ens hem de recordar, i hem de recordar-ho als altres que som fills de Déu, als quals, com a aquells personatges de la paràbola evangèlica, el nostre Pare ha adreçat una idèntica invitació: *fill, vés a treballar a la vinya*. Us asseguro que si ens entossudim cada dia a considerar així les nostres obligacions personals, com un requeriment diví, aprendrem d'enllestir la feina amb la major

perfecció humana i sobrenatural de què siguem capaços. Potser en alguna ocasió ens rebel·larem —com el fill gran que respongué: *no vull anar-hi*—, però sabrem reaccionar, penedits, i ens dedicarem amb un esforç més gran al compliment del deure.

Si la sola presència d'una persona de categoria, digna de consideració, basta perquè es captinguin millor els qui són davant seu, ¿com és que la presència de Déu, constant, difosa per tots els racons, coneguda per les nostres potències i gratament estimada, no ens fa sempre millors en totes les nostres paraules, activitats i sentiments? Veritablement, si aquesta realitat que Déu ens veu estigués ben gravada en les nostres consciències, i ens adonéssim que tota la nostra tasca, tota absolutament —no hi ha res que s'escapi de la seva mirada—, es desenvolupa en la seva presència, amb quin compte acabaríem les

coses o que diferents serien les nostres reaccions! I aquest és el secret de la santedat que vaig predicant des de fa tants anys: Déu ens ha cridat a tots perquè l'imitem; i a vosaltres i a mi perquè, vivint enmig del món —tot essent persones del carrer!— sapiguem col·locar Crist Nostre Senyor al cim de totes les activitats humanes honestes.

Ara entendreu encara millor que si algun 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 faltaria una condició indispensable: la de ser un treballador.

EXAMEN DE CONSCIÈNCIA

Acte de presència de Déu

1. «Li diu Jesús: “Jo sóc la resurrecció i la vida. Qui creu en mi, encara que mori, viurà; i tot aquell qui viu i creu en mi, no morirà mai més”» (Jn 11, 25-26). Medito sovint sobre la vida eterna, la mort, el judici de Déu, el purgatori, el cel i l'infern? Ho faig des de l'esperança que Crist dóna la salvació? Parlo als altres de la vida eterna?

2. El fet real que un dia moriré em serveix per aprofitar tan bé com sigui possible el temps que Déu em concedeix en aquesta vida? M'adono que hauré de respondre davant de nostre Senyor sobre com he utilitzat els talents que ell m'ha donat? M'importa sobretot el judici de Déu, o bé actuo per motius merament humans?

3. En la felicitat eterna, amb santa Maria, sant Josep, els àngels i tots els sants, veurem Déu «cara a cara» (1Co 13, 12). Tinc l'esperança del cel?

4. «Deu vol “que tothom arribi a la conversió” (2Pe 3, 9). Però, havent creat l'home lliure i responsable, respecta les seves decisions» (*Compendi*, 213). Sóc conscient que qui persisteix en el pecat mortal rebutja l'amor misericordiós de Déu?

5. La conversió sempre és possible mentre som en aquesta vida. Transmeto als meus amics la felicitat que dóna l'amistat amb Crist? Prego i ofereixo algun sacrifici per la conversió dels qui no viuen de cara a Déu?

6. Parlo de la confessió als parents i amics? Facilito que els meus fills rebin aquest sagrament, i fomento que el desitgin, respectant la seva llibertat?

7. Tinc fe en la resurrecció dels cossos? Ofereixo sufragis pels difunts? Prego per les ànimes del purgatori, especialment en el sacrifici eucarístic? Recorro a la seva intercessió?

8. Diu nostre Senyor: «Sigueu perfectes com ho és el vostre Pare celestial» (*Mt* 5, 48). Vull respondre a la crida a la santedat? Començo cada jornada oferint-la a Déu amb una oració? Renovo aquest oferiment al llarg del dia?

9. M'esforço per fer bé la meva feina i oferir-la a Déu? Poso els mitjans per millorar la meva formació? Evito els nyaps?

10. Quines intencions tinc a l'hora de treballar? Miro de moure'm per amor a Déu i als altres? Vull fer servei, ser útil?

11. Porto amb airostatat les dificultats del treball, les ofereixo a Déu? En cas

d'atur, sé treure i ensenyar a treure profit espiritual d'aquesta fase difícil, i alhora poso els mitjans per trobar una nova feina?

12. Demano consell a persones de bon criteri quan haig d'afrontar qüestions ètiques relacionades amb la professió? Demano a Déu tenir forces per no transigir davant la injustícia, el frau o l'engany?

13. Els meus fills, o els fills dels amics i parents, troben que visc la fe cristiana amb naturalitat, que no tinc Déu només als llavis sinó també a les obres? Procuro ensenyar-los a oferir a Déu tots els quefers habituals, especialment l'estudi?

14. Ensenyo a resar als fills, als néts, o als fills dels amics? Ho faig amb gràcia, sense forçar mai la seva voluntat, per tal que descobreixin la meravella del tracte amb Déu?

15. Preparo amb la Mare de Déu el començament de l'Advent, i li demano la gràcia d'una nova conversió?

Acte de contrició

Descarrega't l'examen en format PDF

.....

SEGONA MEDITACIÓ (Santificació del treball)

.....

ROSARI

Anar als misteris de goig (dilluns i dissabte)

Anar als misteris de dolor (dimarts i divendres)

Anar als misteris de llum (dijous)

Anar als misteris de glòria (dimecres
i diumenge)

ORACIÓ PAPA FRANCESC

pdf | document generat
automàticament des de [https://
opusdei.org/ca-ad/article/reces-del-mes-
de-novembre/](https://opusdei.org/ca-ad/article/reces-del-mes-de-novembre/) (19/03/2026)