

Meditacions: Dilluns de la cinquena setmana de Quaresma

Reflexió per meditar el dilluns de la 5a setmana de Quaresma. Els temes proposats són: Jesús és la llum del món; una mirada lluminosa; el Senyor és el meu pastor.

«JO SOC LA llum del món —va dir Jesús als fariseus mentre ensenyava al Temple—; el qui em segueix no camina a les fosques, sinó que té la llum de la vida» (*Jn* 8, 12). Potser més d'una vegada ens hem hagut d'enfrontar a la foscor de la nit.

Aleshores, desapareixen les figures de les coses que ens envolten, i perdem l'orientació. Però en el moment en què, de cop i volta, torna la llum, tot recobra el seu contorn i sentit.

En aquelles paraules en què el Senyor es proclama com a llum nostra, trobem un refugi per als moments de foscor en què alguna vegada ens pot envair el pessimisme o la tristesa. «Certament, qui creu en Jesús no sempre veu a la vida només el sol, gairebé com si pogués estalviar-se patiments i dificultats; ara bé, sempre té una llum clara que li mostra una via, el camí que condueix a la vida en abundància (cf. *Jn* 10, 10). Els ulls dels qui creuen en Crist entreveuen fins i tot en la nit més fosca una llum, i ja veuen la claredat d'un nou dia»^[1].

«Quedeu-vos amb nosaltres, que es fa tard i el dia ja ha començat a

declinar» (Lc 24, 29), diu a Crist un dels deixebles d'Emmaús. També nosaltres podem sentir moltes vegades al dia la necessitat de demanar al Senyor que no s'allunyi de la nostra vida. Els nostres dubtes, ferides i inquietuds necessiten airejar-se a la llum de la seva mirada. Comprenem bé que aquells seguidors de Crist, que caminaven desanimats cap a casa seva, s'adonessin que «entre la penombra del crepuscle i l'ànim ombrívol que els embargava, aquell Caminant era un raig de llum que despertava l'esperança i obria el seu esperit al desig de la plena llum»^[2].

LA LLUM de Crist ens ajuda a descobrir la bellesa que s'amaga en els diferents esdeveniments i persones que conformen la nostra

vida. Alguna vegada ens podem frustrar quan no resulten les coses com les havíem planificat; o donem massa importància a una topada amb una persona propera; o tenim la impressió que la societat té massa problemes. Durant alguna temporada, potser podem experimentar amb més consciència les nostres pròpies limitacions. Tot i això, si ens deixem omplir per la llum de Crist, no només trobarem el consol per suportar tot allò, sinó que podrem adquirir aquesta «mirada al món que, més enllà del simple caràcter natural, permet veure el costat positiu —i, si és el cas, divertit— de les coses i de les situacions»^[3].

Normalment, en un nou-nat és difícil d'identificar el color dels seus ulls. Encara que al començament siguin més aviat grisencs, només gradualment amb el pas del temps adquiriran la seva veritable tonalitat.

Una cosa semblant passa a la nostra pregària. Cada cop que ens dirigim al Senyor, volem que transformi la nostra mirada de vegades grisa, en una contemplació lluminosa i agraïda cap a tot el que ens envolta. «Estem uns instants en el recolliment, cada dia una estona, fixem la nostra mirada interior en el seu rostre i deixem que la seva llum ens impregni i irradiï en la nostra vida»^[4].

Una vegada, Jesús va subratllar la importància que tenen els ulls per a la vida interior: «El llum del cos és l'ull. Per tant, si el teu ull és bo, tot el teu cos quedarà il·luminat» (*Mt 6, 22-23*). No només volem veure la llum del Senyor, sinó que a més desitgem irradiar aquesta llum de Crist als qui ens envolten. Per això, sant Josepmaria ensenyava a repetir una jaculatòria que amaga un profund plantejament de vida: «Que

jo vegi amb els vostres ulls, Crist meu, Jesús de la meva ànima»^[5].

«EL SENYOR és el meu pastor: no em manca res —resa el salmista—. Em fa descansar en prats deliciosos, em mena al repòs vora l'aigua, i allí em retorna» (Sl 22, 3). Si Crist és el nostre Pastor, quina foscor ens podrà atemorir? «Qui va amb el Senyor, fins i tot a les valls fosques del patiment, de la incertesa i de tots els problemes humans, se sent segur. Tu ets amb mi: aquesta és la certesa que ens sosté»^[6].

Aquesta realitat influeix en la manera de fer front a les situacions de cada dia. Jesús il·lumina els moments millors i pitjors de la jornada. «Aquesta és la gran llum que il·lumina les nostres vides i que, entre les dificultats i misèries

personals, ens impulsa a anar endavant animosos»^[7]. Per això, cada llar cristiana reflecteix, més enllà de les petites o grans contrarietats que ha d'afrontar, una serenitat profunda, fruit de la confiança en Déu. És la mateixa tranquil·litat que sent un nen quan, enmig de la foscor, no es deixa vèncer per la por perquè sap que el seu pare és a prop.

«Si som ànimes de fe, donarem als esdeveniments d'aquesta terra una importància molt relativa, com ho feren els sants... El Senyor i la seva Mare no ens desemparen i, sempre que calgui, es faran presents per omplir de pau i de seguretat el cor dels seus»^[8]. Si mai sentíssim que aquesta foscor es fa més palesa, podem acudir com a bons fills a la nostra Mare, i, unint-nos a les paraules de sant Josepmaria, la podem cridar amb la seguretat que ens escolta: «mama!, no em deixis»^[9].

[1] Benet XVI, Discurs, 24-IX-2011.

[2] Joan Pau II, *Mane nobiscum Domine*, 7-X-2004.

[3] Mons. Fernando Ocáriz, Carta pastoral, 9-I-2018, núm. 6.

[4] Francesc, Àngelus, 17-III-2019.

[5] Sant Josepmaria, Apunts d'una meditació, 19-III-1975.

[6] Benet XVI, Audiència, 5-X-2011.

[7] Sant Josepmaria, *És Crist que passa*, núm. 22.

[8] Sant Josepmaria, *Via Crucis*, IV estació, núm. 5.

[9] *Ibid.*, núm. 3.

pdf | document generat
automàticament des de [https://
opusdei.org/ca-es/meditation/
meditacions-dilluns-de-la-cinquena-
setmana-de-quaresma/](https://opusdei.org/ca-es/meditation/meditacions-dilluns-de-la-cinquena-setmana-de-quaresma/) (23/03/2026)