

# **Conèixer-lo i conèixer-te (IV): Quan sabem posar- nos a l'escolta**

La vida de Moisès ens ensenya que, per complir la missió a la qual estem cridats, necessitem ser transformats per l'Esperit Sant a través de l'escolta de Déu en el diàleg filial amb Ell.

27/04/2020

El Senyor va pensar en Moisès per a una missió crucial: guiar el seu poble en una nova etapa de la història de la

salvació. Amb la seva cooperació, Israel va ser alliberat de l'esclavitud a Egipte i conduït fins a la terra promesa. Per la seva mediació, el poble jueu va rebre les taules de la Llei i les bases del culte a Déu. Com va arribar Moisès a ser el que va ser? Com va assolir aquesta sintonia amb Déu que, amb el temps, el va portar a ser un gran bé per a tantes persones, ni més ni menys que per a tot el seu poble i tots els que vindríem després?

Tot i que Moisès havia estat escollit per Déu des que va néixer —n'hi ha prou amb considerar la seva miraculosa supervivència de la persecució del Faraó—, és curiós que no hagi trobat el Senyor fins passats molts anys. En la seva joventut només semblava un home comú, certament preocupat pels de la seva raça (cf. Ex 2, 15). Potser el que millor explica aquesta transformació va ser la seva capacitat d'escoltar el

Senyor.[1] De manera semblant, per arribar a ser el que estem cridats a ser, també nosaltres necessitem transformar-nos a través de l'escolta. És veritat que no és fàcil arribar a experimentar el que ens explica el llibre de l'Èxode, que «el Senyor parlava a Moisès cara a cara, com un home parla amb un altre» (Ex 33, 11). És un procés que acostuma a durar uns anys —la vida sencera— i moltes vegades cal *recomençar a aprendre* a fer oració, com si estiguéssim als inicis del nostre diàleg amb el Senyor.

### «Moisès, Moisès!»

Descobrir la necessitat de l'oració és saber que «Déu ens ha estimat primer» (1 Jn 4, 19) i que, seguint aquesta lògica, també *Déu ens va parlar primer*: «Déu va crear l'home a imatge seva, el va crear a imatge de Déu, creà l'home i la dona. Déu els beneí dient-los...» (Gn 1, 27-28).[2]

Déu, que va tenir la iniciativa de crear-nos per amor i de triar-nos per a una missió determinada, també se'ns avança en la vida d'oració. En el nostre diàleg amb el Senyor, és ell que pronuncia la primera paraula.

Aquesta paraula inicial ja es pot reconèixer en el *desig* de Déu, que ell mateix ha sembrat al nostre cor i que es desperta per mil experiències diferents. La primera aparició a Moisès va tenir lloc a l'Horeb, també anomenat «la muntanya de Déu». Allà, «se li va aparèixer l'àngel del Senyor en una flama enmig d'una bardissa. Moisès va mirar i veié que la bardissa cremava però no es consumia. I es va dir: “M'atansaré a contemplar aquest espectacle extraordinari: què ho fa que la bardissa no es consumeixi?”» (Ex 3, 2-3). No és mera curiositat davant d'un esdeveniment extraordinari, sinó la clara percepció que alguna cosa transcendent, superior a ell

mateix, està passant. En la nostra vida, també nosaltres ens podem sorprendre davant de fets que ens obren una dimensió més profunda de la realitat. Pot ser un descobriment íntim, de quelcom que potser abans ens havia passat inadvertit: intuïm la presència de Déu en reconèixer algun dels seus dons, o en veure com les contradiccions ens han fet madurar i ens han preparat per afrontar diferents circumstàncies o tasques. Pot ser també un descobriment en la realitat que ens envolta: la família, els amics, la naturalesa... D'una manera o una altra, experimentem la necessitat de pregar, d'agrair, de demanar... i ens adrecem a Déu. Aquest és el primer pas.

«Quan el Senyor va veure que Moisès s'atansava per mirar, el cridà de la bardissa estant: —«Moisès, Moisès!» Ell respongué: —Soc aquí» (*Ex 3, 4*). El diàleg s'estableix quan la nostra

mirada es troba amb la de Déu, que ja ens estava mirant. I les paraules — si és que són necessàries— flueixen quan deixem que vinguin primer les seves. Si ho intentem sols, no podrem pregar. Més aviat, convé posar els ulls en el Senyor i recordar la seva promesa consoladora: «Jo soc amb vosaltres dia rere dia fins a la fi del món» (*Mt 28, 20*).

Així doncs, una fe confiada en Déu és un ingredient bàsic de qualsevol oració sincera. Sovint, la millor manera de començar a pregar és demanar al Senyor que ell ens ensenyi. És el que van fer els apòstols i és el camí que sant Josepmaria ens va animar a recórrer: «Si no et consideres preparat, ves a Jesús com ho feien els seus deixebles: ensenyeu-nos de pregar! Veuràs com l'Esperit Sant ajuda la nostra feblesa, perquè nosaltres no sabem què hem de demanar per pregar com cal, però el mateix Esperit facilita els nostres

precis amb gemecs inefables, que no poden comptar-se, que no es poden contar, per tal com no hi ha maneres adients per a descriure'n tota la profunditat».[3]

### **«Treu-te les sandàlies dels peus»**

En finalitzar uns dies de recés espiritual, la beata Guadalupe Ortiz de Landázuri escrivia a sant Josepmaria: «Del meu tracte íntim amb Déu, de la meva oració, etc., ja us n'he parlat altres vegades: quan hi poso una mica de la meva part, el Senyor m'ho fa fàcil i em rendeixo del tot».[4] La iniciativa de l'oració — i l'oració mateixa — són un do de Déu. Alhora, també convé preguntar-nos quin paper ens correspon a nosaltres. El diàleg amb el Senyor és una gràcia i, per això, no és quelcom merament passiu, ja que per rebre es necessita, d'alguna manera, voler-la rebre.

A part de disposar-se de manera receptiva, què més es pot fer per tenir una vida d'oració intensa? Un bon començament pot ser adonar-nos de qui tenim davant, responent amb una actitud de reverència i d'adoració. En el diàleg del mont Horeb, «Déu li digué: —No t'acostis. Treu-te les sandàlies, que el lloc que trepitges és sagrat. I va afegir: —Jo soc el Déu del teu pare, el Déu d'Abraham, el Déu d'Isaac i el Déu de Jacob. Moisès es va tapar la cara perquè tenia por de mirar Déu» (*Ex* 3, 5-6).

Treure's les sandàlies i cobrir-se el rostre va ser la resposta del més gran profeta del poble d'Israel en la seva primera trobada amb Déu. Amb aquests gestos expressava la seva consciència de ser davant del Déu transcendent. Quelcom semblant podem fer nosaltres quan ens apropem a Jesús al sagrari en una actitud d'adoració. Durant una vigília



d'oració, davant de Jesús sacramentat, Benet XVI s'expressava amb paraules que ens parlen de com podem adorar el Senyor: «Aquí, en l'Hòstia consagrada, ell és davant nostre i entre nosaltres. Com llavors, s'oculta misteriosament en un sant silenci i, com llavors, revela precisament així el veritable rostre de Déu. Per nosaltres s'ha fet el gra de blat que cau a la terra i, si mor, dona molt de fruit fins al final del món (cf. *Jn* 12, 24). És present, com llavors a Betlem. I ens convida a la peregrinació interior que s'anomena *adoració*. Posem-nos ara en camí per a aquesta peregrinació, i demanem-li que ens guiï».[5]

L'actitud d'adoració es pot manifestar en la nostra oració de diferents maneres. Davant del Santíssim, per exemple, ens agenollem, com un signe de la nostra petitesa davant de Déu. I quan, per diverses circumstàncies, no sigui

possible resar davant del Santíssim, podem fer actes equivalents, com mirar a l'interior de la nostra ànima per descobrir-hi el Senyor, i posar l'ànima de genolls, recitant amb calma cada paraula de l'oració inicial o d'una altra oració que ens recordi que estem en la seva presència.

## **El núvol el va cobrir**

En un segon moment del seu diàleg amb Déu, Moisès va rebre les taules de la Llei. L'escena és tremenda i, alhora, de gran intimitat: «La glòria del Senyor es va posar damunt la muntanya del Sinaí, i el núvol la va cobrir durant sis dies. El dia setè, el Senyor va cridar Moisès d'enmig del núvol. La glòria del Senyor apareixia als ulls dels israelites com un foc abrandat al cim de la muntanya. Moisès va entrar al mig del núvol, pujà a la muntanya i s'hi estigué quaranta dies i quaranta nits» (*Ex 24, 16-18*).

Aquest núvol, a part de manifestar la glòria de Déu i ser figura anticipada de la presència de l'Esperit Sant, permetia un ambient d'intimitat en el diàleg entre el profeta i el seu creador. Això ens mostra que per pregar cal exercitar-se en algunes destreses que facilitin la intimitat amb Déu: amor al silenci, exterior i interior; constància, i una *disciplina de l'escolta* que permeti percebre la seva veu.

De vegades ens costa valorar el silenci i, si en l'oració no sentim res, acostumem a omplir el temps de paraules, lectures o, fins i tot, imatges i sons. Però és possible que, encara que ho fem amb bona intenció, d'aquesta manera no aconseguim escoltar el Senyor. Potser necessitem una *conversió al silenci*, que és més que un mer callar. Sant Josepmaria va recollir un apunt durant l'estiu del 1932 —posteriorment recollit a *Camí*— que mostra de manera gràfica com

el diàleg amb Déu sempre haurà de passar per aquesta ruta: «El silenci és com el porter de la vida interior».[6]

Mentre els sons externs i les passions internes ens aparten de nosaltres mateixos, el silenci ens recull i ens porta a interrogar-nos sobre la nostra pròpia vida. L'activisme o la loquacitat en l'oració no ens apropen a Déu, ni ens permeten tampoc una activitat profunda. Amb l'agitació no queda temps per recollir-se, per pensar, per viure en profunditat, mentre que el silenci —interior i exterior— ens condueix a la trobada amb el Senyor, a meravellar-nos-hi. En efecte, l'oració necessita un silenci que no sigui merament negatiu, buit, sinó que estigui *ple de Déu*, que ens porti a descobrir la seva presència. Com apuntava la beata Guadalupe: «Aprofundir en aquest silenci fins a arribar on només hi ha Déu; on ni els àngels, sense permís nostre, no poden entrar». I allà, «adorar Déu,

lloar-lo i dir-li coses tendres».[7]

Aquest és el silenci que permet escoltar Déu.

Es tracta, en definitiva, de centrar la nostra atenció —intel·ligència, voluntat, afectes— en Déu, per deixar-nos interpel·lar per ell. Per això, ens podem fer les preguntes que suggeria el papa Francesc: «Hi ha moments en els quals et poses en la seva presència en silenci, romans amb ell sense presses, i et deixes mirar per ell? Deixes que el seu foc abranti el teu cor? Si no li permetes que ell alimenti l'escalfor del seu amor i de la seva tendresa, no tindràs foc, i així, com podràs encendre el cor dels altres amb el testimoni i les paraules?».[8]

Al costat del silenci, és igualment necessària la constància, perquè pregar és costós. Suposa temps i esforç, com li va passar a Moisès, que va estar sis dies cobert pel núvol, i

només el setè dia va rebre la paraula del Senyor. Es requereix, en primer lloc, una constància *exterior* per mantenir un horari més o menys fix d'oració i una durada concreta.

Aquesta va ser una recomanació constant en la vida de sant

Josepmaria: «Meditació. —Temps fix i a hora fixa. —Si no, s'adaptarà a la nostra comoditat: això és falta de mortificació. I l'oració sense mortificació és poc eficaç».[9]

Aquesta constància, si està moguda per l'amor, serà la porta d'entrada per a un tracte d'amistat amb Déu que estarà farcit de conversa, ja que ell no s'imposa: només ens parla si nosaltres ho volem. La constància, per part nostra, és una manera de manifestar i de conrear un desig ardent de rebre les seves paraules d'afecte.

A més de la constància exterior, es requereix una constància *interior* com a part de la disciplina de

l'escolta: necessitem centrar la intel·ligència que es dispersa, moure la voluntat que no acaba de voler i alimentar els afectes que algunes vegades no acompanyen. Això pot cansar, sobretot si cal fer-ho sovint, perquè els estímuls que ens distreuen són molts. Alhora, l'escolta disciplinada no es pot confondre amb un rigorisme excessiu o amb uns exercicis de concentració massa metòdics, perquè l'oració flueix d'acord amb moltes circumstàncies. Fonamentalment flueix per on Déu permet —«el vent bufa allà on vol» (Jn 3, 8)—, però també corre d'acord amb la nostra situació particular. De vegades passem llargues estones pensant en les persones que estimem, demanant al Senyor per elles, i això pot ser ja un diàleg d'amor.

Alguns consells concrets que faciliten una escolta disciplinada poden ser: fugir de l'actitud *multitasca* per

poder enfocar-se i ser present durant el diàleg, sense estar pensant en altres coses; fomentar la disposició de qui aprendrà, reconeixent humilment el nostre res i el seu tot, potser servint-nos de jaculatòries o oracions breus; formular al Senyor preguntes obertes, deixant-li espai perquè ens respongui quan vulgui, o simplement dient-li que estem disposats a fer el que ens indiqui; seguir el ritme i el rumb per on ens portin les consideracions del seu amor, evitant les distraccions amb altres pensaments col·laterals; aprendre a tenir la ment oberta per deixar-nos sorprendre per ell i per somiar amb els somnis de Déu, sense pretendre controlar massa l'oració. D'aquesta manera, ens anem obrint al misteri i a la lògica del Senyor, i això ens permet acceptar amb pau el fet de desconèixer per on ens portarà.

**«Mostra'm la teva glòria»**



En començar una estona d'oració, tenim l'expectativa raonable que el Senyor ens parlarà —com, de fet, passa algunes vegades. Tanmateix, ens podria frustrar que en finalitzar aquesta trobada no hàgim escoltat res, o molt poca cosa. En qualsevol cas, cal mantenir la certesa que en l'oració *sempre hi ha fruit*. Al mont Sinaí, «Moisès va dir: «Deixa'm contemplar, si et plau, la teva glòria». El Senyor sembla que vol satisfer aquest desig: «Jo faré passar davant teu tota la meva bondat i pronunciaré el meu nom, que és “el Senyor”. Jo concedeixo el meu favor a qui el vull concedir i em compadeixo de qui em vull compadir». No obstant això, les seves paraules prenen de cop un caire que podria semblar decebedor: «No podràs veure la meva cara, perquè el qui em veu no pot continuar vivint (...). «(...)i, quan passarà la meva glòria, t'amagaré en una esquerdada de la roca i et taparé amb la mà fins que

jo hagi passat. Després retiraré la meva mà i em podràs veure d'esquena; però la meva cara, ningú no la pot veure» (*Ex 33, 18-23*). Si Moisès s'hagués sentit frustrat per no haver aconseguit veure el rostre de Déu, com era el seu desig, hauria pogut abandonar el seu intent o perdre la motivació per a futures trobades. I, en canvi, es va deixar portar per Déu i així va arribar a ser aquell «que conegués el Senyor i el tractés cara a cara» (*Dt 34, 10*).

La clau de l'oració no consisteix a obtenir resultats tangibles, ni de bons tros estar ocupats durant un temps determinat. El que busquem mitjançant el diàleg amb el Senyor no és un resultat immediat, sinó ser capaços d'arribar fins aquell lloc, aquell estat vital —per dir-ho d'alguna manera— en què l'oració s'identifica cada vegada més amb la mateixa vida: pensaments, afectes, il·lusions... Es tracta *d'estar* amb el

Senyor, mantenir-nos en la seva presència al llarg del dia. En definitiva, el fruit principal de l'oració és *viure en Déu*. Així, l'oració s'entén com una *comunicació de vida*: vida rebuda i vida viscuda, vida acollida i vida entregada. És igual, llavors, que no tinguem sentiments encesos, o llums fascinants. D'una manera molt més senzilla, el tema de la nostra oració serà —com ens deia sant Josepmaria[10]— el tema de la nostra vida, i viceversa, perquè la nostra vida sencera es convertirà en autèntica oració, avançant en un «curs ample, mans i segur».[11]

*Jorge Mario Jaramillo*

---

[1] Com suggereix el papa Benet XVI en les seves catequesis sobre l'oració: «Llegint l'Antic Testament, ressalta una figura entre les altres: la de

Moisès, precisament com a home d'oració», Audiència general, 1.VI. 2011.

[2] El mateix passa en el segon relat de la creació de l'home: cf. *Gn* 2, 16. Les cursives no són originals del text bíblic.

[3] *Amics de Déu*, núm. 244

[4] Carta, 12.XII.1949. A: *Letras a un santo*, II.

[5] Benet XVI, *Discurs*, 20.VIII.2005.

[6] *Camí*, núm. 281.

[7] Mercedes Eguíbar Galarza, *Guadalupe Ortiz de Landázuri. Trabajo, amistad y buen humor*, Palabra, Madrid, 2001, p. 87.

[8] Francesc, Ex. Ap. *Gaudete et Exsultate*, núm. 151.

[9] *Solc*, núm. 446.

[10] *És Crist que passa*, núm. 174.

[11] *Amics de Déu*, núm. 306

.....

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca/article/coneixer-lo-i-  
coneixer-te-iv-quan-sabem-posar-nos-a-  
lescolta/](https://opusdei.org/ca/article/coneixer-lo-i-coneixer-te-iv-quan-sabem-posar-nos-a-lescolta/) (23/07/2025)