

## L'alegria cristiana

«Viviu sempre contents en el Senyor! Ho repeteixo: viviu contents!» (Fl 4, 4), exhorta sant Pau als cristians de Filip per recordar-los que són «ciutadania al cel» (3, 20).

09/04/2021

«Viviu sempre contents en el Senyor! Ho repeteixo: viviu contents!» (Fl 4, 4), exhorta sant Pau als cristians de Filip per recordar-los que són «ciutadania al cel» (3, 20) i que han de portar una vida «digne de l'evangeli del Crist» (1, 27), «amb tota

humilitat (...) que no miri cadascú per ell, sinó que procuri sobretot pels altres» (2, 3-4). L'Apòstol parla d'alegria mentre ell es troba entre cadenes, i les persones destinatàries de la seva carta tenen adversaris, pateixen i s'enfronten al mateix combat que ell (cf. 1, 28-30), i han de tenir cura dels judaïtzants (cf. 3, 2-3). Per als cristians, l'alegria no és, per tant, el resultat d'una vida fàcil i sense dificultats, o quelcom subjecte als canvis de circumstàncies o d'estat d'ànim, sinó una actitud profunda i constant que neix de la fe en Crist: «Nosaltres hem conegut l'amor que Déu ens té i hi hem cregut» (1 Jn 4, 16). El missatge cristià que se'ns ha transmès té com a finalitat entrar en comunió amb Déu «perquè la vostra joia sigui completa» (1 Jn 1, 4).

Déu desitja que l'home sigui feliç, l'ha creat per a la vida eterna, incoada ja a la terra per la gràcia que arribarà a la seva plenitud al cel,

quan l'home estigui unit a Déu per sempre: «Si l'home pot oblidar o refusar Déu, el que és Déu no para de cridar cada home a buscar-lo perquè visqui i trobi la felicitat».[1] Per això, la transmissió de l'Evangelí és invitació als homes a entrar en l'alegria de la comunió amb Crist: «L'alegria de l'Evangelí omple el cor i la vida sencera dels qui es troben amb Jesús. Els qui es deixen salvar per Ell són alliberats del pecat, de la tristesa, del buit interior, de l'aïllament. Amb Jesucrist sempre neix i reneix l'alegria».[2]

Efectivament, els Evangelis ens narren moltes trobades amb Crist que són font d'alegria: el Baptista va saltar de goig al si de santa Isabel en sentir la presència del Verb encarnat (cf. *Lc* 1, 45); als pastors se'ls anuncia «una bona nova que portarà a tot el poble una gran alegria: avui, a la ciutat de David, us ha nascut un salvador, que és el Messies, el Senyor» (*Lc* 2, 11); els Mags, quan

tornen a veure l'estrella que els conduïa al Rei dels Jueus, «l'alegria que tingueren (...) va ser immensa» (*Mt 2, 10*); l'alegria de paralítics, cecs, leprosos i tota mena de malalts que van ser curats per Jesús; l'alegria de la vídua de Naïm en veure ressuscitat el seu fill (cf. *Lc 7, 14-16*); l'alegria de Zaqueu es desborda en un banquet i en una profunda conversió (cf. *Lc 19, 8*); l'alegria del Bon Lladre, enmig del seu atroç dolor físic a la Creu, en saber que aquell mateix dia estaria amb Jesús al seu Regne (cf. *Lc 23, 42-43*); l'alegria, en fi, de Maria Magdalena, els deixebles d'Emmaús i els Apòstols davant de Jesús Ressuscitat. Només la trobada del jove ric amb Jesús no va desembocar en alegria, ja que no va saber utilitzar la seva llibertat per seguir el Mestre: «es posà tot trist, perquè era molt ric» (*Lc 18, 23*).

## **La seva naturalesa**

L'alegria és una passió produïda per la trobada amb allò que s'estima, un sentiment o sensació de plaer que no és purament sensible, sinó que va acompanyat de racionalitat. En el tractat sobre les passions de la *Summa theologiae*, Sant Tomàs d'Aquino explica que «el terme alegria s'utilitza només per al plaer que acompanya la raó: per això, per als animals no es parla d'alegria, sinó de plaer».[3] L'alegria és el plaer espiritual, la tercera i última etapa del moviment concupiscible, en posseir el bé que abans ha estat estimat i desitjat. Pot ser una vivència de curta durada o un estat d'ànim prolongat actiu, de to emocional positiu, que participa de racionalitat. Per això, és possible sentir plaer sense sentir alegria i, fins i tot, sentir plaer i tristesa alhora. En preguntar-se l'Aquinate si l'alegria és una virtut, respon assenyalant que l'alegria no es troba entre les virtuts teologals, morals o intel·lectuals i,

per tant, «no és una virtut diferent de la caritat, sinó que n'és un cert acte i efecte. Per aquest motiu, se la considera entre els fruits, com es veu en l'Apòstol a *Ga 5, 22*».[4] En efecte, l'alegria cristiana és conseqüència de posseir Déu per la fe i la caritat, és el fruit de viure totes les virtuts. En un cristià que viu de fe, l'alegria supera el nivell del temperament, salut, *welfare*, èxits professionals i socials, etc., per endinsar-se en la maduració d'una vida interior rica: «L'alegria que has de tenir no és aquesta que podríem anomenar fisiològica, d'animal sa, sinó una altra de sobrenatural, que prové d'abandonar-ho tot i d'abandonar-te en els braços amorosos del nostre Pare-Déu» (*Camí*, núm. 659).

En el missatge de sant Josepmaria, l'alegria constitueix un element important en el seguiment de Crist, i un tret característic de l'esperit de l'Opus Dei: «Vull que estiguis sempre

content, perquè l'alegria és part integrant del teu camí» (*Camí*, núm. 665). Tant a *Camí* com a *Solc* va dedicar sengles capítols a l'alegria de 10 i 44 punts de meditació, respectivament; i als dos volums d'homilies (*És Crist que passa* i *Amics de Déu*) trobem apartats com *Llars lluminoses i alegres*, *L'alegria del Dijous Sant*, *Sembra de pau i d'alegria*, *L'alegria cristiana* (a l'homilia *La Verge Santa, causa de la nostra alegria*), *Humilitat i alegria* i *Déu estima a qui dona amb alegria*.

## **El seu fonament**

L'alegria és un dels fruits de l'acció de l'Esperit Sant en les ànimes, que consisteix, substancialment, a identificar-nos amb Crist i anomenar-lo *Abbá*, Pare: «Tots els qui són guiats per l'Esperit de Déu són fills de Déu» (*Rm* 8, 14).

Reconèixer-nos en dependència filial de Déu és «font de saviesa i de

llibertat, d'alegria i de confiança».[5] Sant Josepmaria ho expressava amb convenciment: «Si ens sentim fills predilectes del nostre Pare del Cel, que això som!, com no haurem d'estar alegres sempre? —Pensa-ho» (*Forja*, núm. 266); «Que estiguin tristos els qui no es considerin fills de Déu» (*Solc*, núm. 54).

L'alegria del cristià neix, per tant, del saber-se fills de Déu. Sant Josepmaria utilitzava l'expressió “joiosa realitat” per subratllar la profunda felicitat que suposa descobrir-se fill de Déu: «L'alegria és conseqüència necessària de la filiació divina, de saber-nos estimats amb predilecció pel nostre Pare Déu, que ens acull, ens ajuda i ens perdona» (*Forja* núm. 332). I, a més, l'alegria s'alimenta del compliment de la voluntat divina: «L'acceptació rendida de la Voluntat de Déu comporta necessàriament el goig i la pau» (*Camí*, núm. 758). La voluntat divina pot ser en alguns



moments dolorosa i enigmàtica, però qui viu de fe intueix que sempre és el millor, ja que sap «que Déu ho disposa tot en bé dels qui l'estimen» (*Rm* 8, 28). Així ho va experimentar sant Tomàs Moro, quan va escriure a la seva filla Margarida des de la seva presó a la Torre de Londres: «Filla meva estimada, no es pertorbi mai la teva ànima per qualsevol cosa que pugui passar en aquest món. Res no pot passar sinó el que Déu vol. I jo estic molt segur que sigui el que sigui, per molt dolent que sembli, serà de veritat el més bo».[6] I sant Josepmaria li va fer eco: «Déu és el meu Pare, encara que m'envii sofriment. M'estima amb tendresa, tot i que em fereixi. I jo (...) seguint els passos del Mestre, em podré queixar, si per company del camí em trobo el sofriment? Això constituirà un senyal cert de la meva filiació, perquè em tracta com ho fa amb el seu Diví Fill» (*Via Crucis*, Estació I, núm. 1). L'alegria, per tant, és

compatible amb circumstàncies doloroses, dificultats i adversitats. Com que la santedat consisteix en la identificació amb Crist, la Creu és inevitable en la vida cristiana. Més encara, sant Josepmaria dirà que l'alegria «té les seves arrels en forma de Creu» (*Forja*, núm. 28).

## **El seu contrari**

La passió oposada a l'alegria és la tristesa, causada per no posseir el benamat. Si l'origen de l'alegria és l'amor —dèiem que era efecte i acte de la caritat—, el de la tristesa serà, per tant, l'egoisme. Sant Tomàs assenyala que la tristesa «té l'origen en l'amor desordenat de si mateix, que no és un vici especial, sinó l'arrel comuna de tots els vicis».[7] No és, doncs, el dolor o les dificultats el que s'oposa a l'alegria, sinó la tristesa que pot néixer de la falta de fe i esperança davant d'aquestes situacions. Per això, la tristesa és

vista com una malaltia de l'ànima, que pot provenir d'una causa fisiològica (malaltia o esgotament) o d'una causa moral: el pecat comès i la falta de correspondència a la gràcia, que podria conduir, a l'accídia o tebiesa espiritual.

Sant Josep maria prevenia davant de la presència de la tristesa, a la qual considerada una “aliada de l'enemic”: «No hi ha alegria? — Pensa: hi ha un obstacle entre Déu i jo. —Gairebé sempre ho encertaràs» (*Camí*, núm. 662). D'altra banda, el que se sap fill de Déu no pot permetre que els pecats personals el condueixin a la tristesa, ja que troba l'amor misericordiós del Pare i la “força” de conèixer i reconèixer la seva debilitat: «Quan t'amoïnin les teves misèries no et vulguis entristir. —Gloria't en les teves malalties, com Sant Pau» (*Camí* núm. 879); «La tristesa és l'escòria de l'egoisme; si volem viure per al Senyor, no ens

mancarà l'alegria, ni que descobrim les nostres errades i les nostres misèries» (*Amics de Déu*, núm. 92).

El Papa Francesc adverteix d'un perill que pot causar la falta d'alegria: «El gran risc del món actual, amb la seva múltiple i aclaparadora oferta de consum, és una tristesa individualista que brolla del cor còmode i avar, de la recerca malaltissa de plaers superficials, de la consciència aïllada. Quan la vida interior es tanca en els propis interessos, ja no hi ha espai per als altres, ja no hi entren els pobres, ja no s'hi escolta la veu de Déu, ja no s'hi gaudeix la dolça alegria del seu amor, ja no hi batega l'entusiasme per fer el bé».[8]

## **El seu exercici**

Un dels primers escrits cristians afirma que «tot home alegre obra el bé, pensa el bé i menysprea la tristesa. Però l'home trist sempre

obra el mal».[9] En ser l'alegria efecte de la caritat, qui busca la proximitat de Déu i respondre a la crida a la santedat obra el bé i, en conseqüència, el seu cor desborda de pau i alegria: «Si vivim així, realitzarem en el món una tasca de pau; sabrem fer amable als altres el servei al Senyor, perquè *Déu estima el qui dona amb alegria (2 Co 9, 7)*. El cristià és un més dins la societat, però del seu cor desbordarà el goig de qui es proposa complir, amb l'ajut constant de la gràcia, la Voluntat del Pare» (*Amics de Déu*, núm. 93).

El Papa Francesc, en el text anteriorment esmentat, en diagnosticar el perill de la tristesa individualista que pot crear una exacerbada societat de consum, assenyala indirectament l'antídot: l'atenció i el servei als altres. La convivència en la família, en el treball i en la societat són ocasions contínues per fer el bé i sembrar

alegria: «Donar-se sincerament als altres és de tal eficàcia, que Déu ho premia amb una humilitat plena d'alegria» (*Forja*, núm. 591).

Tots estem necessitats de veure cares alegres al nostre voltant. Per això val la pena esforçar-se per viure un consell que era el títol d'un programa juvenil de televisió i d'un llibre encara avui a la venda: *sempre alegres per fer feliços els altres*. La mateixa paraula alegria, en la seva expressió anglesa —JOY— ens indica l'ordre dels nostres interessos i amors: *Jesus, Others, You*.

*Vicente Bosch*

---

[1] *Catecisme de l'Església Catòlica*, núm. 30.

[2] Francesc, ex. ap. *Evangelii Gaudium*, núm. 1.

[3] Sant Tomàs d'Aquino, *Summa theologica*, II, q. 31, a. 3.

[4] *Ibidem*, II-II, q. 28, a. 4.

[5] *Catecisme de l'Església Catòlica*, núm. 301.

[6] Sant Tomàs Moro, *Un hombre solo. Cartas desde la Torre* núm. 7, Madrid 1988, p. 65.

[7] Sant Tomàs d'Aquino, *Summa theologica*, II-II, q. 28, a. 4.

[8] Francesc, *Evangelii Gaudium*, núm. 2.

[9] *El Pastor de Hermas*, Mand X, 3, 2-3 (ed. J. J. Ayán Calvo, Madrid 1995, p. 161).

opusdei.org/ca/article/lalegria-cristiana/  
(12/04/2025)