

El test espiritual del Papa Francesc: Sabem riure'ns de nosaltres mateixos?

El Papa Francesc va parlar de la temptació de creure'ns el centre del món, i com combatre-la.

"Aquesta temptació es combat de moltes maneres, però també amb el riure", i amb una "consciència alegre", va dir en un discurs als sacerdots i consagrats del Perú el mes de gener d'enguany.

27/07/2018

El Papa Francesc considera que "un bonic test espiritual és preguntar-nos per la capacitat que tenim de riure'ns de nosaltres mateixos. Dels altres és fàcil riure, ¿no és cert? Treure el cuir, riure, però de nosaltres mateixos no és fàcil ". "Aprendre a riure d'un mateix ens dóna la capacitat espiritual d'estar davant del Senyor amb els propis límits, errors i pecats, però també encerts, i amb l'alegria de saber que Ell està al nostre costat", sosté.

Ens salva

El riure ens ajuda a sortir de nosaltres mateixos i a tenir el panorama de les coses més clares: "El riure ens salva del neopelagianisme autoreferencial dels qui, en el fons, només confien en les seves pròpies forces i en el fons se senten superiors als altres".

Compte!

Així mateix, el Papa corregeix a aquells que consideren 'bon humor', al límit de la molèstia o la persecució, riure dels defectes dels altres fins ridiculitzar-los en públic. Reitera, "riuin en comunitat i no de la comunitat o dels altres. Tinguem cura d'aquesta gent tan però tan important que, en la vida, s'han oblidat de somriure".

La medicina

El Pontífex proposa la medicina per al bon humor: "Sí pare, però vostè no té un remei, una cosa (per al bon humor)... tinc dos pastilles que ajuden molt: un parlar amb Jesús, amb la Mare de Déu en l'oració. La segona pastilla la pots fer diverses vegades al dia, si necessiteu sinó una sola n'hi ha prou: mira't al mirall, mira't al mirall. I, aquest sóc jo?, aquesta sóc jo? I Això et fa riure. I això no és narcisisme, sinó al

contrari, és el contrari, el mirall aquí serveix com a capellà".

La conseqüència

El Papa també insta a sortir de la fragmentació i l'aïllament pregonant alegria; això no vol dir uniformitat i pensar igual que els altres sempre. "Se'ns demana ser artífexs de comunió i d'unitat; que no és el mateix que pensar tots igual, fer tots el mateix".

Sant Joan Bosco deia que el veritable signe de santedat és estar sempre contents fins i tot enfrontant les diferències amb els altres. Francesc afegeix: "I aquesta alegria ens obre als altres, aquesta alegria no per guardar-la sinó per transmetre-la. Al món fragmentat que ens toca viure i que ens empeny a aïllar-nos, som desafiats a ser artífexs i profetes de comunitat. Ningú se salva sol. I, en això, m'agradaria ser clar".

El lloc

"L'alegria no està en les coses, es troba en nosaltres", va dir Wilhelm Richard Wagner, compositor, director d'orquestra, poeta, assagista, dramaturg i teòric musical alemany del Romanticisme. El Papa Francesc està d'acord, ja que en diverses ocasions ha convidat els feligresos en les seves homilies a Santa Marta o en els seus discursos pel món a trobar la felicitat a través del realisme que està darrere d'un somriure, o millor, de riure's de nosaltres mateixos i amb els altres. "No podem ser pastors amb cara de vinagre, queixosos, el que és pitjor, pastors avorrits", va dir durant l'homilia de Dijous Sant en la tradicional missa crismal de 2015.

El cardiòleg aconsella 'zero estrès' als seus pacients, prendre's la vida amb una mica de lleugeresa. Francesc és un metge per a l'ànima. És a dir, fa

bé a la salut, l'optimisme, el bon humor, la ironia, els bons moments recordant els nostres propis errors. L'escriptor anglès William Shakespeare va apuntar: "El savi no s'asseu per lamentar-se, sinó que es posa alegrement a la tasca de reparar el mal". Fins i tot ara, els experts en *bullying* recomanen a la infància i la joventut una sana auto befa dels propis defectes, a més per tenir la ment lúcida quan hagin atacs gratuïts que busquen ofuscar els propis mèrits i virtuts.

Font: [article d'Aleteia](#) i [traducció de Flama](#).

.....

pdf | document generat
automàticament des de <https://opusdei.org/ca/article/test-espiritual-papa-francesc-sabem-riure-ns-nosaltres-mateixos/> (06/04/2026)