

## Treball i contemplació (2)

Us oferim la segona part del text sobre com tractar Déu -fins arribar a la "contemplació"- mentre hom treballa o realitza una altra activitat.

27/02/2011

*Mentre feien camí, Jesús va entrar en un poble, i l'acollí una dona que es deia Marta. Una germana d'ella, que es deia Maria, es va asseure als peus del Senyor i escoltava la seva paraula. Marta, que estava molt atrafegada per poder-lo obsequiar, s'hi va*

*atansar i digué: Senyor, ¿no et fa res que la meva germana m'hagi deixat tota sola a fer la feina? Digues-li que em vingui a ajudar. El Senyor li va respondre: Marta, Marta, estàs preocupada i neguitosa per moltes coses, quan només n'hi ha una de necessària. Maria ha escollit la millor part, i no li serà pas presa. [1]*

Moltes vegades en la història, les figures de Maria i Marta han servit per representar la vida contemplativa i la vida activa i s'han mostrat com dos gèneres de vida dels quals el primer seria el més perfecte, segons les paraules del Senyor: *Maria ha escollit la millor part.*

En general s'han referit aquests termes a la vocació religiosa, entenent per vida contemplativa, a grans trets, la d'aquells que s'aparten materialment del món per dedicar-se a la pregària; i per vida activa la d'aquells que realitzen tasques com

l'ensenyament de la doctrina cristiana, l'atenció als malalts, i altres obres de misericòrdia.

Prenent així els termes, s'ha afirmat des de fa segles que és possible ser contemplatiu en l'acció. El sentit clàssic d'aquesta expressió no és que resulta possible la contemplació en les activitats professionals, familiars i socials, pròpies de la vida dels fidels corrents, sinó que fa referència a les accions apostòliques i de misericòrdia dins el camí de la vocació religiosa.

Sant Josepmaria ha ensenyat a aprofundir en les paraules del Senyor a Marta, fent veure que no hi ha cap oposició entre la contemplació i la realització, més perfecte possible, del treball professional i dels deures ordinaris d'un cristià.

Ja s'ha considerat en un text precedent què és la contemplació

cristiana: aquesta pregària senzilla de tantes ànimes que, per estimar molt i ser dòcils a l'Esperit Sant, cercant en tot la identificació amb Crist, són portades pel Paràclit a penetrar en les profunditats de la vida íntima de Déu, de les seves obres i els seus designis, amb una saviesa que dilata cada vegada més el seu cor i el seu coneixement. Una oració en la qual **sobren les paraules, perquè la llengua no aconsegueix d'expressar-se; ja l'enteniment s'aquieta. Ja no es raona, s'esguarda! I l'ànima es posa a cantar un altre cop amb un càntic nou, perquè se sap també esguardada amorosament per Déu, tothora.** [2]

Ara convé aturar-se a considerar tres maneres en què pot donar-se la contemplació: en les estones dedicades exclusivament a l'oració, mentre es treballa o es realitza qualsevol activitat que no requereixi

tota l'atenció de la ment, i, finalment, a través del mateix treball, fins i tot quan exigeix una concentració exclusiva. Aquestes tres vies componen la vida contemplativa, fent de la vida corrent un viure al Cel i a la terra al mateix temps, com deia sant Josepmaria.

## **A la pregària i en totes les normes de pietat**

Abans que res, la contemplació s'ha de demanar a Déu i buscar-la en els actes de pietat cristiana que poden jalonar el nostre dia, especialment en les estones dedicades de manera exclusiva a l'oració mental.

***Et in meditatione mea exardescit ignis.* —I, en la meva meditació, s'encén el foc. —És justament per això que vas a l'oració: per fer-te foguera, flama viva que doni escalfor i llum. [3]** Les estones de pregària ben fetes són la caldera que

estén la seva escalfor als diversos moments del dia.

Del recolliment en les estones de pregària; del tracte amb el Senyor buscat amb afany en aquests moments, de vegades per mitjà de la meditació d'algun text que ajudi a centrar el cap i el cor en Déu; l'interès en apartar les distraccions; la humilitat per començar i recomençar, sense recolzar-se en les pròpies forces sinó en la gràcia de Déu; en una paraula, de la fidelitat diària a les estones d'oració depèn que es faci realitat, més enllà d'aquests moments, l'ideal de ser contemplatiu enmig del món.

Sant Josepmaria ens ha ensenyat a cercar la contemplació en les estones d'oració mental: a contemplar la Vida del Senyor, a mirar-lo en l'Eucaristia, a tractar les Tres persones divines pel camí de la Humanitat Santíssima de Jesucrist, anar a Jesús per Maria...

Cal no conformar-se amb repetir oracions vocals en l'oració mental, encara que potser calgui repetir-les durant molt de temps, però veient-les com la porta que obre a la contemplació.

També en el tracte humà, quan es troba un amic, se solen adreçar algunes frases de salutació per iniciar la conversa. Però el tracte no pot limitar-se a això. La conversa ha de continuar amb paraules més personals, fins que arriben a sobrar perquè hi ha una sintonia profunda i una gran familiaritat. Molt més en el tracte amb Déu. **Comencem amb oracions vocals(...). Primer una jaculatòria, i després una altra, i una altra... fins que aquest fervor sembla insuficient, perquè les paraules resulten pobres...: i es fa pas a la intimitat divina, en un esguard posat en Déu sense descans i sense cansar-se. [4]**

## **Mentre es treballa o es realitza una altra activitat**

La contemplació no es limita a les estones dedicades a l'oració. Pot tenir lloc al llarg de la jornada, enmig de les ocupacions ordinàries, mentre es realitzen tasques que no requereixen tota l'atenció de la ment i que s'han de fer, o en els moments de pausa de qualsevol altre feina.

Hom pot contemplar Déu mentre es va pel carrer, mentre es compleixen alguns deures familiars i socials que són habituals en la vida de qualsevol persona, o es realitzen treballs que ja es dominen amb desimboltura, o amb ocasió d'un interval en la feina, o simplement d'una espera.

De la mateixa manera que en les estones d'oració les jaculatòries poden obrir el pas a la contemplació, també enmig d'aquestes altres ocupacions la recerca de la presència de Déu desemboca en vida



contemplativa, fins i tot més intensa, com el Senyor va fer experimentar a sant Josepmaria. **És incompreensible** -anota en els seus Apunts íntims-: **conec qui està fred (malgrat la seva fe, que no admet límits) al costat del foc diviníssim del Sagrari, i després, al mig del carrer, entre el soroll d'automòbils i tramvies i gent, llegint un diari! vibra amb rampells de bogeria d'Amor de Déu. [5]**

Aquesta realitat és un do de Déu, però només el pot rebre qui el desitja en el seu cor i no el rebutja amb les obres. El rebutja qui té els sentits dispersos, o es deixa dominar per la curiositat, o es submergeix en un tumult de pensaments i d'imaginacions inútils que el distreuen i dissipen. En una paraula, qui no **fa el que cal i està pel que fa.** [6] La vida contemplativa requereix mortificació interior, negar-se a un mateix per amor a Déu, perquè Ell

regni en el cor i sigui el centre on es dirigeixen en últim terme els pensaments i els afectes de l'ànima.

## **Contemplació «en i a través de» les activitats ordinàries**

Així com en les estones d'oració no ens hem de conformar amb repetir jaculatòries ni quedar-nos en la lectura i en la meditació, sinó cercar el diàleg amb Déu fins arribar, amb la seva gràcia, a la contemplació, així també en el treball, que ha d'esdevenir oració, cal no acontentar-se amb oferir-lo al principi i donar gràcies al final, o en procurar renovar aquest oferiment diverses vegades, units al Sacrifici de l'altar. Tot això ja és molt agradable al Senyor, però un fill de Déu ha de ser audaç i aspirar a més: a realitzar el seu treball com Jesús a Natzaret, unit a Ell. Un treball en el qual gràcies a l'amor sobrenatural amb

què es du a terme, es contempla Déu que és Amor. [7]

Ensenyament constant i característic de sant Josepmaria és que la contemplació és possible no només mentre es realitza una activitat, sinó per mitjà de les activitats que Ell vol que realitzem, en aquestes mateixes tasques i a través d'elles, fins i tot quan es tracta de treballs que exigeixen tota la concentració de la ment. Sant Josepmaria ensenyava que arriba el moment en què no s'és capaç de distingir la contemplació i l'acció, arribant a significar aquests conceptes el mateix en la ment i en la consciència.

En aquest sentit, resulta il·luminadora una explicació de sant Tomàs: "quan de dues coses una és la raó de l'altra, l'ocupació de l'ànima en una no impedeix ni disminueix l'ocupació en l'altra ... I com Déu és copsat pels sants com la raó de tot el

que fan o coneixen, la seva ocupació en percebre les coses sensibles, o en contemplar o fer qualsevol altra cosa, en res no els impedeix la divina contemplació, ni viceversa". [8]

Per aquest motiu, si es vol cercar el do de la contemplació, el cristià ha de posar el Senyor com a fi de tots els seus treballs, realitzant-los *non quasi hominibus placentes, sed Deo qui probat corda nostra; no pas mirant de complaure els homes, sinó a Déu que sondeja els nostres cors*. [9]

Ja que la contemplació és com una bestreta de la visió beatífica, fi últim de la nostra vida, cal que qualsevol activitat que Déu vulgui que realitzem -com el treball i les tasques familiars i socials, que són Voluntat seva per a cada un-, pugui ser via per a la vida contemplativa. En altres termes, pel mateix que qualsevol d'aquestes activitats es pot fer per amor a Déu i amb amor a Déu, també

es poden convertir en mitjà de contemplació, que no és altra cosa que una manera especialment familiar de conèixe'l i estimar-lo.

Podem contemplar Déu en les activitats que realitzem per amor seu, perquè aquest amor és participació de l'Amor infinit que és l'Esperit Sant, *que tot ho penetra, fins el més profund de Déu.* [10] Qui treballa per amor a Déu pot adonar-se -sense pensar en res més, sense distreure's- que l'estima quan treballa, amb l'amor que infon l'Esperit Sant en els cors dels fills de Déu en Crist. [11] **Reconeixem Déu no solament en l'espectacle de la natura, sinó també en l'experiència de la nostra pròpia labor, del nostre esforç.** [12]

També podem contemplar Déu a través del treball, perquè si està fet per amor serà un treball realitzat amb la major perfecció que siguem

capaços en aquelles circumstàncies, una tasca que reflecteix les perfeccions divines, un treball com el de Crist. No necessàriament perquè hagi sortit bé als ulls dels homes, sinó perquè està ben fet als ulls de Déu. Pot passar que la feina hagi sortit malament o que humanament hagi estat un fracàs, i, no obstant això, que hagi estat ben feta davant Déu, amb rectitud d'intenció, amb esperit de servei, amb la pràctica de les virtuts: en una paraula, amb perfecció humana i cristiana. Un treball així és mitjà de contemplació; així es comprèn que la contemplació sigui possible en i a través de treballs que exigeixen posar totes les energies de la ment, com són -per exemple- l'estudi, o la docència.

El cristià que treballa o compleix els deures per amor a Déu, treballa en unió vital amb Crist. Les seves obres es converteixen llavors en obres de Déu, *operatio Dei*, i per això mateix

són mitjà de contemplació. Però no n'hi ha prou d'estar en gràcia de Déu i que les obres siguin moralment bones. Han d'estar informades per una caritat heroica, i realitzades amb virtuts heroiques, i amb aquesta manera divina d'obrar que confereixen els Dons de l'Esperit Sant a qui és dòcil a la seva acció.

La contemplació en la vida ordinària fa pregustar la unió definitiva amb Déu al Cel. Al mateix temps que porta a obrar cada vegada amb més amor, encén el desig de veure'l no ja per mitjà de les activitats que realitzem, sinó cara a cara.

**Aleshores vivim talment com captius, com presoners. Mentre duem a terme amb la major perfecció possible, dins de les nostres equivocacions i limitacions, les tasques pròpies de la nostra condició i del nostre ofici, l'ànima té ànsia d'escapar-se. Se'n va cap a Déu, com el ferro atret per**

**la força de l'imant. Es comença a estimar Jesús, d'una forma més eficaç, amb un dolç sobresalt. (...) Una nova manera de trepitjar terra, una manera divina, sobrenatural, meravellosa. Tot recordant tants d'escriptors castellans del cinc-cents, potser ens plaurà d'assaborir pel nostre compte: que visc perquè no visc: que és Crist qui viu en mi! (Cf. *Gal* 2, 20). [13]**

F. J. López Díaz

---

[1] *Lc* 10, 38-42

[2] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 307

[3] Sant Josepmaria, *Camí*, n. 92

[4] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 296



[5] Sant Josepmaria, *Apunts íntims*, n. 673 (del 26-III-1932). Citat en A. Vázquez de Prada, *El Fundador del Opus Dei*, vol. I, Rialp, Madrid, 1997, p. 420.

[6] Sant Josepmaria, *Camí*, n. 815

[7] Cf. 1 Jn 4, 8

[8] Sant Tomàs d'Aquino, *Summa Theologiae*, Suppl., Q. 82, a. 3 ad 4

[9] 1 Ts 2, 4

[10] 1 Cor 2, 10

[11] Cf. Rm 5, 5

[12] Sant Josepmaria, *És Crist que passa*, n. 48

[13] Sant Josepmaria, *Amics de Déu*, n. 297

---

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
opusdei.org/ca/article/treball-i-  
contemplacio-2/](https://opusdei.org/ca/article/treball-i-contemplacio-2/) (14/04/2025)