

EL PODER DISCRET DE L'AMABILITAT

Lawrence G. Lovasik*

- [1. Practica els fonaments de l'amabilitat](#)
 - [2. Defuig de jutjar els altres](#)
 - [3. Combat tota forma d'avarícia](#)
 - [4. Controla la ira desordenada](#)
 - [5. Aprèn a suportar amb paciència les ofenses dels altres](#)
 - [6. Coneix les conseqüències dels pensaments negatius](#)
 - [7. Fonamenta els teus pensaments en la virtut](#)
 - [8. Descobreix el poder transformador dels teus pensaments amables](#)
 - [9. Lliura't plenament a la veritat](#)
 - [10. Viu la caritat en les teves paraules](#)
 - [11. Aprèn a parlar amb amabilitat](#)
 - [12. Corregeix amablement els altres](#)
 - [13. Descobreix l'excel·lència de les paraules amables](#)
 - [14. Evita donar mal exemple](#)
 - [15. Conrea un amor que es vessi en obres amables](#)
 - [16. Practica les obres de misericòrdia](#)
 - [17. Recull el premi de les teves obres amables](#)
- [APÈNDIX. Com és la teva amabilitat?](#)

* El Pare Lawrence Lovasik, SVD, va néixer el 1913 a Tarentum, Pennsilvània. Va ingressar al Seminari del Verb Diví a Techny, Illinois. Després de completar els seus estudis teològics a la Pontificia Universitat Gregoriana de Roma, va ser ordenat sacerdot missioner de la Societat del Verb Diví el 1938. Va passar diversos anys com a professor i prefecte de seminaristes per a la Societat del Verb Diví. Durant més de quaranta anys, va predicar missions parroquials a tot l'Est dels Estats Units i va realitzar recessos a tot el món. El 1954, va fundar les germanes de l'Esperit Diví, una congregació missionera de dones religioses. El 1967 funda el *Family Service Corps*, un institut secular dedicat al treball de caritat per als malalts, ancians i necessitats. El pare Lovasik va dir que l'ideal de la seva vida era fer que Déu fos més conegut i estimat a través dels seus escrits. Va publicar més de 30 llibres i més de 75 fulletons incloent llibres d'oració, contes bíblics per a nens, vides dels sants i catecismes. Va morir el 9 de juny de 1986.

1. PRACTICA ELS FONAMENTS DE L'AMABILITAT

La mesura de l'amor de Déu és donar-ho tot i afecta les més pregoneres potències de l'ànima: «*Estima el Senyor, el teu Déu, amb tot el cor, amb tota l'ànima, amb totes les forces i amb tot el pensament*»¹.

La mesura de l'amor al proïsme és l'amor a un mateix: «*estima els altres com a tu mateix*»².

Potser aquestes quatre breus paraules, *com a tu mateix* – que massa sovint passem per alt –, et susciten certs dubtes. Has d'estimar els altres en la mateixa mesura que t'estimes; com si el proïsme fossis tu. Aquest amor és naturalment amable.

Quan ets amable, els altres ocupen el teu lloc. L'amor a tu mateix es transforma en generositat.

En Déu, l'amabilitat és l'acte de la creació i el constant manteniment del món en l'existència. De l'amabilitat divina brollen, com un doll, la força i la bondat de tota l'amabilitat creada.

¹ Lc 10, 27

² Ibid.

Ser amable significa, a més, acudir en auxili d'altres quan els cal ajuda, si és a la teva mà. Aquesta és també l'obra dels atributs de Déu amb les criatures. La seva omnipotència sempre està suplint les nostres escasses forces. La seva justícia corregeix constantment els nostres judicis falsos. La seva misericòrdia és un consol continu per a les criatures que pateixen la nostra falta d'amabilitat. Les seves perfeccions vénen incessantment a ajudar les nostres imperfeccions. Això és la Providència Divina³.

L'amabilitat és la imitació que fem de la Divina Providència. Per tal de ser perfecta i permanent, ha d'imitar conscientment Déu. Si et modes a imatge de Jesucrist, desapareixen l'aspror, la rancúnia i el sarcasme. El veritable intent de ser com Jesús és ja una font de dolcesa en el teu interior que vessa com una gràcia natural sobre tot allò que toques.

Estem obligats a ser amb tothom, no només amables, sinó *particularment amables*. No hi ha amabilitat si no és particular. El seu atractiu resideix en el fet que és justa i oportuna, i es practica individualment.

L'amabilitat ho suavitza tot. Deixa florir les aptituds vitals i les omple de fragància. S'assembla a la gràcia divina: confereix a l'home quelcom que ni la persona ni la naturalesa tenen capacitat d'oferir. Li dóna el que necessita, o bé allò que – igual que el consol – només una altra persona pot donar. I la manera com ho dóna és ja un regal molt més gran que allò que dóna.

³ Cf. Frederick William Faber, *Spiritual Conferences*, John Murphy Company, Baltimore, 1859, p.19

L'impuls secret que fa actuar l'amabilitat és un instint que constitueix la part més noble de tu mateix. Es tracta de l'empremta més innegable de la imatge de Déu que rebem al principi. L'amabilitat neix de l'ànima de l'home: és la noblesa de l'home, un ésser més diví que humà.

L'AMABILITAT S'AVANÇA A LES NECESSITATS I DESITJOS DELS ALTRES

La sol·licitud et duu a tenir en compte un desig o a satisfer una necessitat abans que ningú t'ho demani. No esperes que l'altre manifesti què vol: tu detectes què necessita i satisfàs amablement la seva muda petició.

Quan respons a una petició expressa del proïsmo, pot ser que ho facis perquè no vols semblar antipàtic, o bé perquè ets incapaç de resistir la seva insistència, o perquè així vols treure't de sobre un nosa com més aviat millor. Però si ets sol·lícit de veritat, l'amor t'inspira bones idees, et parla del desig del proïsmo i t'urgeix a accomplir-lo. Només intervé l'amor que fa realitat aquest desig. Per això, la sol·licitud és un acte de caritat encara més bonic que la simple disposició a servir l'altre.

La sol·licitud no et deixa ser negligent en la caritat, ja que la posa en acció. És una lluita constant per obrar el bé per pròpia iniciativa. Quan – amb més o menys resistència – respons a una petició, segueix havent-hi el risc que tornis a caure en la indiferència.

La sol·licitud és una manifestació encisadora de la caritat. Hi ha quelcom diví en ella. La majoria dels dons que Déu ens concedeix els rebem sense haver-los demanat. Molt abans que l'home caigués en el pecat, Déu havia previst cridar-lo a compartir la seva felicitat eterna. Molt abans de poder enlairar el nostre cor a la pregària, Ell ens creà, ens redimí i ens santificà. Diu sant Joan: *«L'amor de Déu s'ha manifestat enmig nostre quan ha enviat al món el seu Fill únic perquè visquem gràcies a ell. L'amor consisteix en això: no som nosaltres qui ens hem avançat a estimar Déu; ell ens ha estimat primer i ha enviat el seu Fill com a víctima que expia els nostres pecats. Estimats meus, si Déu ens ha estimat tant, també nosaltres ens hem d'estimar els uns als altres»*⁴. La sol·licitud causa una felicitat molt més gran que la mera disposició a servir. Un regal que és el resultat d'una petició expressa gairebé sempre perd part del seu valor i, en conseqüència, part del plaer que és capaç de proporcionar; mentre que qualsevol cosa duta a terme per una sol·licitud amorosa conserva íntegra la seva capacitat de fer feliç l'altre. Quan el regal està inspirat per un simple motiu de caritat, mai deixa de produir una gran joia i concedeix a qui el dona abundants beneficis. Com més pur és el teu amor, més abundants són els seus beneficis naturals i sobrenaturals. Com més dónes, més reps.

Si ets una persona de bons sentiments, captivaràs els altres amb la teva delicadesa i

4 1Jn 4, 9-11.

atenció a les seves petites necessitats, esbrinant els desitjos més petits i renunciant constantment a tu mateix, fent-los petits serveis abans que t'ho demanin. En lloc d'esperar que l'altre manifesti què desitja, satisfés el seu mut desig. Tingues els ulls oberts per a descobrir què li cal; procura treure els entrebancs en el seu camí; ocupa les teves mans per sorprendre'l agradablement; roman disposat a servir els altres o a tenir alguna mostra d'atenció o a fer-los alguna comanda sense esperar que t'ho demanin.

Això és el que significa ser sol·lícit. Aquesta és la veritable amabilitat que imita l'amor sol·lícit de Déu.

L'AMABILITAT COMPENSA LA INFELICITAT DEL PECAT

Déu vol que tothom sigui feliç: ens ha creat per a manifestar la seva bondat i perquè un dia compartim amb Ell la seva felicitat en el cel. Déu t'ha donat la capacitat de ser feliç, i l'amabilitat és una bona part d'aquesta capacitat.

Sent amables fem la vida més suportable. A molts la vida els pesa com una càrrega. A alguns els resulta gairebé insofrible. Però per l'home virtuós l'únic que fa la vida insuportable és el pecat.

Ens fem més desgraciats nosaltres mateixos que el que ens poden fer els altres. Gran part d'aquesta infelicitat autoinfligida neix de veure contínuament malmès el nostre sentit de justícia per les circumstàncies de la vida. L'amabilitat

també es presta a remeiar aquest mal, perquè és l'afabilitat de la justícia. Qualsevol gest amable serveix per a restablir l'equilibri entre el bé i el mal.

L'AMABILITAT INFLUEIX PODEROSAMENT EN ELS ALTRES

L'amabilitat retorna constantment a Déu les ànimes extraviades, obrint els cors que semblaven obstinadament tancats. «L'amabilitat ha convertit més pecadors que el zel, l'eloqüència o la saviesa; i, cap d'aquestes tres coses ha convertit ningú si no ha estat amb amabilitat»⁵.

Moltes vegades el nostre penediment comença per o mitjançant actes d'amabilitat; i potser gairebé tots els penediments comencin quan els homes s'emocionen davant d'una mostra d'amabilitat que se senten indignes de merèixer.

Sent amable encoratges els esforços d'altres en la seva recerca del bé. A tots ens cal ànim, i la majoria hem de saber lloar: l'amabilitat aplega totes les virtuts de la lloança i cap dels seus vicis. La lloança que reps té un preu, i aquest preu ets tu, perquè probablement augmentarà el teu orgull. Però l'amabilitat no et posa un preu i, alhora, fa més rics els qui han estat amables amb tu. Ser amable és l'actitud més elegant que pots adoptar davant d'un altre, perquè la lloança comporta un cert grau de condescendència.

⁵ Faber, *Spiritual Conferences*, p. 23

L'amabilitat és l'única classe de lloança vertadera, sempre i en tot.

Hi ha poques coses que es resisteixen tant a la gràcia com el descoratjament. Molts plans que perseguien la glòria de Déu han resultat malaguanyats per manca d'una mirada que infongués il·lusió, o de l'estímul d'uns ulls o d'unes paraules amables. Potser no dones al germà l'ajuda que li cal perquè està ocupat en les teves coses i mai no t'adones de les seves, o bé perquè l'enveja et duu a mirar-lo amb fredor i a criticar-lo⁶.

Amb un detall, amb una paraula amable o el simple to de veu n'hi ha prou per a manifestar la teva comprensió envers el pobre cor que pateix, i només cal un instant perquè tot passi. L'ànima abatuda rep ànim per a emprendre amb coratge allò que era a punt d'abandonar per descoratjament. Aquest ànim pot ser la primera baula d'una nova cadena que, un cop acabada, obtingui la perseverança final.

UNA MICA D'AMABILITAT DÓNA MOLT DE FRUIT

La quantitat d'amabilitat no té proporció amb els seus *efectes*. Les persones no acostumen a parar atenció en l'esforç que fas per elles. Només perceben la teva amabilitat. El que importa no és el que fas, sinó com ho fas.

⁶ Faber, *Spiritual Conferences*, p. 29.

L'acció amable més minsa val més que la pitjor acció encara que sembli important. Una insignificant amabilitat és capaç d'aixecar molt de pes. Arriba lluny i viatja veloç. I una acció amable té molta durada. Fer-la només és el principi. És difícil que els anys puguin enterrar la dolcesa d'un gest amable.

Com més intents fas per correspondre a algú amable, més sembla que estiguis lluny d'aconseguir-ho. Els deutes de gratitud sembla que creixen en longitud i profunditat, i per això la teva vida es va complicant joiosament amb l'abundància d'amabilitat.

No ha de passar ni un dia sense que trobis una ocasió de ser amable. I els gestos amables costen menys com més freqüents són. Quan l'amabilitat exigeix renunciar a un mateix, el sacrifici ennobleix i dignifica. Sempre guanyes més del que perds. I, si guanyes externament, el guany interior és encara més gran. Els seus extraordinaris efectes et duran a preguntar-te perquè no ets amable més sovint.

L'AMABILITAT S'ENCOMANA

Les accions amables no acaben en elles mateixes: unes duen a les altres. El bon exemple es difon. Un sol gest d'amabilitat arrela en totes direccions, i de les arrels en surten nous brots i en neixen arbres novells. El seu servei més gran és que fan amables els altres: sol ser més amable qui rep més amabilitat. Malda per ser amable i et farà ser-ho cada cop més. Així, els qui rebin la

teva amabilitat, si ja eren amables, aprenen a ser-ho encara més, i si no ho eren, ho aprenen de tu.

De manera, que no hi ha millor obsequi que mostrar-se amable: després de la gràcia de Déu, és el millor regal.

L'AMABILITAT ÉS UN DELS REGALS MÉS GRANS DE DÉU AL MÓN

L'amabilitat acaba amb la tristesa i la recança de les ànimes, i posa esperança als cors que defalleixen. Descobreix bellesa insospitada en l'ésser humà i anima a correspondre amb el bo i millor que hi ha en nosaltres. L'amabilitat purifica, enlaira i ennobleix tot allò que toca. Obre les comportes del riure dels nens, recull les llàgrimes de l'amor penedit i alleuja el pes del cansament.

L'amabilitat atura el torrent de la ira, elimina la cremor del fracàs i encén l'ambició valerosa. Alça el malastruc, retorna al camí el perdut i segueix els passos del nostre Salvador.

Massa sovint no es conrea perquè no es coneix el seu valor. Pot haver-hi homes caritatius, misericordiosos i sacrificats que, tanmateix, no són amables. És un do poc freqüent, fins i tot entre persones piadoses: moltes són antipàtiques. De vegades la pietat inclou una mena d'egoisme espiritual que pot convertir-se en un obstacle per a l'amabilitat. Per això cal molta vigilància.

L'amabilitat és la gran causa de Déu en el món. Allà on sigui natural, s'ha de fer sobrenatural. La seva missió en la vida ha de ser reconquerir per a

la glòria de Déu aquest desgraciat món seu i retornar-lo a Ell. Dedicat al bonic apostolat de l'amabilitat perquè tant tu com els altres pugueu gaudir de la felicitat de la vida divina.

Fes-te membre de la *Fraternitat de l'amabilitat*. No cal que t'inscriguis; no hi ha oficines, reunions ni quotes. Només has de decidir que hi vols pertànyer i, tot seguit, començar a acomplir les seves normes.

I les seves regles són molt simples: tres senzills *no has de* i tres senzills *has de*.

NO HAS DE:

1. Malparlar de ningú.
2. Parlar malament a ningú.
3. Portar-te malament amb ningú.

HAS DE:

1. Parlar amablement a algú almenys un cop al dia.
2. Pensar alguna cosa amable d'algú almenys un cop al dia.
3. Tenir un gest amable amb algú almenys un cop al dia.

SI COMETS ALGUNA FALTA D'AMABILITAT

1. Fes un acte de contrició breu, com ara «Perdó, Senyor!»
 2. Si cal, demana perdó.
3. Digues una breu pregària (per exemple, «Et demano per N., Senyor!») per la persona amb qui has estat antipàtic.

LA CORTESIA ÉS UNA MOSTRA D'AMOR I RESPECTE

És un deure de caritat ser educats amb els altres. Quan el respecte que sentim envers els altres no resta en el secret del cor i es manifesta exteriorment, podem parlar de cortesia. Així la

defineix sant Pau quan ens demana expressament que honorem el proïsme: «*Estimeu-vos afectuosament com a germans, avanceu-vos a honorar-vos els uns als altres*»⁷.

La cortesia és l'hàbit de tractar la resta dels homes amb deferència i respecte perquè estan fets a imatge i semblança de Déu. En ella hi van implícits els bons modals, la paciència, la sol·licitud, l'esperit de servei i l'amabilitat.

El menyspreu fa mal. Les persones no són indiferents al que pensen o diuen d'elles. Una paraula àcida, un insult o una burla fan tan mal com una bufetada a la cara. Les ofenses malicioses poden robar-li a un home tot el goig de viure. Per això el Senyor equipara els qui insulten amb els homicides: «*Ja sabeu que es va dir als antics: No matis, i el qui mati serà condemnat pel tribunal. Doncs jo us dic: El qui s'irriti amb el seu germà serà condemnat pel tribunal; el qui l'insulti serà condemnat pel Sanedri, i el qui el maleeixi acabarà al foc de l'infern*»⁸.

El respecte i els bons modals fan bé a l'home. L'honor que ens reten els altres de paraula i d'obra acreix la joia de viure. L'expressió d'un respecte genuí per part del proïsme significa quelcom més que obrar bé: satisfà una necessitat imperiosa de la nostra naturalesa; enforteix la bona voluntat i ens encoratja als ideals més alts.

Precisament perquè els homes mereixen respecte, els diversos pobles han establert maneres de manifestar-lo. La manera de saludar,

⁷ Rm 12, 10.

⁸ Mt 5, 21-22.

l'hospitalitat, les mostres de comprensió en l'alegria i desgràcia aliena: la vida sencera de les comunitats humanes es troba regulada per aquest codi. La llei de l'amor mira en aquesta direcció.

TOTHOM ES MEREIX LA TEVA CORTESIA

L'amor eixampla les normes de cortesia. Hem d'honorar no només els qui estan per sobre nostre, no sols els nostres iguals, sinó honorar-nos «els uns als altres» com diu sant Pau. Ningú ha de restar exclòs de la llei universal de retre's honor mutu.

L'amor també ha d'espiritualitzar i aprofundir en la cortesia, que es converteix en sobrenatural quan recordes que per a Crist tot allò que fas amb els altres ho fas amb Ell. El cristià veu en cada home molt més que un home: veu un fill de Déu, un germà de Crist i, en certa manera, Déu mateix.

Les paraules de sant Pau – «*avanceu-vos a honorar-vos els uns als altres*» – tenen un significat més pregon i ric que la simple cortesia. El respecte és quelcom més que els bons modals: ens recorda la tendra i amorosa reverència de l'infant, del deixeble o dels àngels.

Que la teva finesa sigui la finor del cor. No hi ha cap manifestació externa que no posseeixi un sòlid fonament moral. A la finesa merament formal l'amor li infondrà respecte, benevolència i aquesta amabilitat universal de qui no espera una salutació, sinó que és primer a saludar.

La cortesia és l'amabilitat del cor manifestada en el nostre tracte amb els altres: és, senzillament, la manera de ser un cavaller o una dama. «Un cavaller és qui mai no infligeix dolor»⁹, diu el Cardenal Newman.

Un cavaller es fixa en tots els presents: és amatent amb el tímid, amable amb el distant i misericordiós amb l'absent. Evita treure un tema de conversa molest o feridor; de vegades resulta avorrit. Treu importància als favors que fa. Mai no parla d'ell mateix, excepte quan s'hi veu obligat: mai no es defensa aferrissadament, ni li agraden les difamacions i xafarderies. Procura no atribuir motius recargolats als qui no pensen com ell i, sempre que pot, tot ho interpreta positivament; i si no pot, calla.

Un cavaller mai no és mesquí ni desagradable quan discuteix, no s'aprofita de la seva superioritat, no capgira ni les dites agudes ni les frases cèlebres per recolzar els seus arguments; mai no insinua res dolent que no ho digui obertament. Segueix la màxima de captenir-se amb l'enemic com si algun dia haurà de ser amic seu.

Per molt estrets que siguin els lligams que t'uneixen a algú, que la intimitat no prescindeixi mai de la cortesia. Probablement no es pot conviure a diari amb ningú sense advertir les seves faltes o el seu egoisme. Estigues segur que també les teves faltes, com les seves, són paleses.

Hi ha un mitjà – potser el millor – d'assuaujar les teves relacions amb els altres i fer-les no

⁹ John Henry Newman «[Knowledge Viewed in relation to Religion](#)», 10, a *The Idea of a University*.

només suportables sinó, fins a cert punt, agradoses. I aquest mitjà és tenir cura dels detalls de cortesia: petits gestos d'amabilitat i bona educació.

Pot passar fàcilment que siguis més educat i amatent amb les persones que no viuen sota el mateix sostre que tu, o amb les que esperes no tornar a coincidir mai més, que amb els de la teva família o amb aquells que compensa conrear la seva amistat. De vegades pots descurar els qui estimes i ser educat amb els qui t'importen menys. Pensa en la dona que, després d'haver rondinat i renyat els seus fills, corre a la porta quan arriben els convidats, no sense abans haver allisat les arrugues del seu mal humor i compondre un somriure en el seu rostre.

Si en les teves relacions amb els altres t'assegures de tractar-los com t'agradaria que et tractessin a tu, no hi haurà possibilitat de fissura en la teva cortesia o en els teus modals. En la vida dels éssers humans fins i tot un «gràcies» té la seva importància. Per petit i insignificant que sigui un favor, mereix un reconeixement, i qui descura aquest aspecte mereix que el tinguin per mal educat i groller.

Aprèn a pensar primer en els altres. Els petits detalls de cortesia són el perfum de la vida. L'amabilitat és l'art d'agradar, el truc per a contribuir en el possible a la comoditat d'aquells amb qui et relaciones.

LA CORTESIA EXIGEIX FORMALITAT

La formalitat, especialment en les coses petites, és una mostra de cortesia. Hi ha persones de les quals pots estar segur que acompliran la paraula en assumptes d'importància i que, tanmateix, no mereixen confiança en els petits detalls de la vida diària i es converteixen en un motiu de contrarietat per als seus amics: descuren la puntualitat, no fan petits favors ni recorden les dates importants.

– *La formalitat es mesura per la puntualitat.*

La manca de puntualitat és una descortesia. Ser incapaç d'arribar a l'hora convinguda és un defecte molt irritant i pot fer molt de mal quan el teu retard trastorna els altres de forma repetida.

Hi haurà moltes ocasions en la vida en què la teva puntualitat signifiqui molt pels teus amics. Si ets formal, seràs precís i escrupolós en l'acompliment dels acords. Quan et cites amb un amic a una hora determinada en un lloc determinat, o quan et compromets a fer un favor en un moment concret, estàs demostrant com és el teu caràcter. Si no ets formal, els altres es veuran sovint obligats a esperar-te i permetràs que un munt de coses t'impedeixin mantenir la teva paraula.

Amb freqüència els plans i l'organització d'una persona depenen de la paraula o la diligència dels altres. Presentar-se a les cites amb retard ocasiona complicacions, i a tots els qui es veuen afectats per la trigança no els queda més remei que formar-se un judici negatiu del culpable.

Et mostres descortès i feble de caràcter si has d'oferir sovint excuses per haver-los incomodat amb el teu retard; si no et preocupes de prendre nota mental o escrita de l'hora exacta a la qual t'esperen; si les trobades i les converses inesperades o bé els interessos passatgers et distreuen fàcilment de determinades obligacions amb els altres; si no dones importància a la puntualitat; o si tens el mal costum de retardar tant el preparatiu a una cita que et resulta impossible arribar a l'hora. Tant si ocupes una posició d'autoritat com si no, tant en la vida professional o en la social, no vius la caritat si no ets puntual. Potser que d'altres es conformin amb el «per demà», però tu no t'hi has de conformar.

– *La formalitat es demostra en detalls quotidians de caritat*, en petits actes de servei – com tirar una carta a la bústia, comprar una cosa al supermercat o transmetre una comanda – que els amics es fan mútuament en la vida diària amb tota normalitat. A l'amic formal mai no li semblarà tan insignificant un favor com per no fer-lo correctament i sense dilació.

– *La formalitat es demostra també recordant coses oportunament*. La persona formal recorda quina és la paraula, el regal o el gest amable que agraden a l'altre. No només guarda en la memòria els aniversaris, sinó que mai no està massa ocupat per fer una visita oportuna quan hi ha algú que pateix. Les persones informals acostumen a estar massa enfeinades en les seves coses per adonar-se de coses com aquestes.

Intenta ser formal en les coses més petites: és una característica envejable que pots tenir,

perquè exigeix generositat, puntualitat, consideració, lleialtat i caritat.

LA TEVA CORTESIA S'HA DE REFLECTIR EN LA CONVERSA

La cortesia es fa palesa en la manera de conversar. No saps escoltar si en qualsevol conversa l'únic que t'importa es dur la veu cantant i no tens interès per res del que diuen els altres: si et sents incòmode mentre els altres parlen i et dediques a pensar en allò que diràs quan en tinguis ocasió; si menystens la veritat o el valor d'allò que es diu, ficant-hi sempre la cullerada i rematant el que expliquen d'una manera més convincent; si parles interrompent i evidencies el teu orgull i la teva vanitat; o si ets incapaç de guardar silenci mentre altres intenten mantenir una conversa.

Saps escoltar si prestes atenció als altres amb serietat i interès perquè consideres que no ets omniscient, i que sempre tens quelcom per aprendre: només els ximpls estan tan ficats en ells mateixos i en les seves pròpies idees que s'avorreixen d'escoltar a d'altres. Saps escoltar si calles tant com parles, perquè d'aquesta manera desitges mostrar la teva comprensió i consideració envers algú. Si ho fas així, faràs feliços els altres, et guanyaràs la seva confiança i obriràs la porta a moltes altres manifestacions de la caritat. El qui sap escoltar trasllada a la seva conducta les virtuts de la humilitat i de la caritat. Aquestes virtuts són encara més grans quan es

tracta de converses avorrides, trivials o que demostren ignorància.

És una falta de caritat ignorar algun dels interlocutors en una conversa. Així passa quan en un grup de tres o més persones, dos d'elles s'embranquen en un tema que exclou totalment les altres: una actitud que neix de l'egoisme i de la suficiència.

Si caus en converses tan egocèntriques com aquestes, no fas més que palesar la teva petitesa. La caritat exigeix – i les normes de cortesia (que són la caritat duta a la pràctica) prescriuen – que els teus interessos personals estiguin per sota dels interessos del grup. I això val per tots: no menys pels famosos que per la gent corrent.

CRIST ÉS MODEL DE CORTESIA

La cortesia costa poc i rendeix molt. És l'oli sense el qual les rodes del poderós mecanisme de la societat humana es desgastarien aviat. Regala moltes hores agradoses en la vida social i ens guanya un amor que cap virtut, do o qualitat ens podrien obtenir. La influència que ens dóna sobre els altres no poden procurar-la ni la diplomàcia ni la violència. La cortesia és una de les conseqüències més nobles i felices de la filosofia de vida cristiana.

En el pas dels anys només ha existit una persona capaç d'encarnar tots els trets d'un perfecte cavaller: Jesucrist. Al llarg dels seus trenta-tres anys, no se li veié cap gest antipàtic. La dolcesa del seu somriure, l'espurneig de la

seva mirada, la comprensió que emanava del seu rostre quan consolava, conhortava o animava a qui necessitava alè: en ell tot traslluïa una amabilitat i un afecte autèntics pels homes. Fins i tot quan amonestava els hipòcrites ho feia mogut per l'amor als oprimits.

La gentilesa, el respecte pels sentiments del altres i la consideració envers les seves circumstàncies són les principals qualitats d'un cavaller o una dama. Ser amable i cortès és imitar Crist. El Senyor ha dit: «*Feliços els mansuets: ells posseiran la terra!*»¹⁰.

LA CARITAT COMPORTA UN RECTE AMOR A UN MATEIX

La caritat imposa el deure d'estimar-se sobrenaturalment a un mateix per amor a Déu. El mateix Déu ha implantat en nosaltres aquesta inclinació, que és l'impuls primari de totes les activitats de la nostra naturalesa. Estimar-te a tu mateix per tu mateix és una llei natural. La teva caritat ha d'incloure't perquè Déu t'estima.

Sant Benet Josep Labre¹¹ va fer aquesta notable afirmació: «En certa manera un cristià ha de tenir tres cors en un: un per a Déu, un altre per al proïsme i un tercer per a ell mateix. El primer cor ha de ser per a Déu: pur i sincer, que dirigeixi a Ell totes les accions, que respiri només amor per a Ell i cremi al seu servei, que abraçi totes les

¹⁰ Mt 5,5.

¹¹ Sant Benet Josep Labre (1748-1783) pelegrí als principals santuaris d'Europa occidental vivint d'almoïna.

creus que el Senyor vulgui enviar-li. El segon cor ha de ser per al proïsme: generós, sense temor a cap esforç ni al patiment en el servei a l'altre, compassiu, pregant per la conversió dels pecadors i les ànimes del purgatori, consol dels afligits. El tercer cor, que és per a un mateix, ha de ferm en les seves decisions i avorrir tot pecat, mortificar-se fins a portar una vida de sacrifici i lliurar el seu cos a l'austeritat i a la penitència».

L'amor natural que et tens a tu mateix es pot dirigir a Déu i fer-se virtuós. Però ni tan sols aleshores la caritat és autèntica. L'amor natural a un mateix s'ha de fonamentar en el fet de ser amic de Déu. També passa amb l'amor a la comoditat, que només pot ser substituït per l'amor a la llei de Déu o l'amor a la pobresa, la humiliació o el sofriment, que ens uneixen més estretament a Crist.

Una caritat ben ordenada exigeix que, abans de poder estimar tots en el Cos Místic de Crist, comencis per tu mateix. Una gran empresa comuna en la qual tots hem de participar consisteix a ajudar-nos els uns als altres a assolir la finalitat per a la qual hem estat creats: conèixer, estimar i servir Déu en aquest món i ser feliços amb Ell al cel.

Però de vegades l'amor a un mateix està poc disposat a mantenir-se en el límits assignats pel Creador. En lloc de conformar-se amb el paper de servent, desitja ser el seu propi amo, i aleshores es transforma en egoisme. Prefereix el seu propi plaer i conveniència que no pas els interessos de Déu i del proïsme, i s'acaba tenint un únic fi: ell mateix.

Generalment l'egoisme es disfressa i només el proïsme pot reconèixer-lo. Si vols saber si ets egoista, pregunta als que tens al voltant. Només ells podran dir-te si la teva conducta és desconsiderada, picallosa, presumptuosa, o si tendeixes a sortir amb la teva. Només ells podran dir-te si el teu egoisme t'aparta de la gent, si la teva expressió és de malhumor i si alguna vegada li dediques a algú una paraula amable.

És impossible que l'amor i l'egoisme habitin junts a l'interior de l'ànima. O bé guanya l'amor, o bé triomfa sobre l'amor i el desterra, de manera que només en queda un nom buit i un trist autoengany. En perdre la caritat perds la teva possessió més gran: perquè és la virtut que et fa assemblejar a Déu.

La pèrdua de l'amor comporta sempre la pèrdua de moltes altres coses. La pau desapareix. L'egoista no coneix el descans: se sent empès a lluitar cada cop més, i a defensar i vigilar les posicions adquirides. Sospita de les intencions dels altres, es compara amb ells i viu en ansietat permanent. No es refia ni de si mateix. Ha perdut l'autèntica llibertat perquè s'ha convertit en esclau de l'instint pervers de l'amor propi.

Fins i tot la veu d'un cor noble es sufocada per la de l'egoisme, que segueix tot ésser humà com la seva ombra. També les persones amables sucumbeixen de vegades a les veus de l'avarícia, la venjança i l'ambició. La veu de la passió fa callar amb massa facilitat la de la raó, que ens ha de guiar en el camí de l'amor. I ens pregunta: «Per què he de subordinar el meu bé al d'altres?»

Per què he d'estimar el proïsme com a mi mateix?».

Si l'egoisme ha posat manilles a l'amor recte a tu mateix, fes tot el que puguis – tot i que faci mal – per trencar les cadenes. Com aconsella sant Ignasi de Loiola¹², «si els moviments no mortificats de la naturalesa ens fan parlar o actuar en contra dels principis que professem, hem de sotmetre'ls severament fins que ens obeeixin». Fes cada dia un sacrifici concret en servei a l'altre. Cada servei t'ajudarà a retornar la llibertat a la veritable caritat.

FES QUE ELS ALTRES SE SENTIN IMPORTANTS

Si vols tenir amics, pren-te la molèstia de fer coses pels altres: coses que requereixin temps, energia, generositat i atenció. Saluda la gent amb entusiasme i de cor. Per la persona, el seu nom és el so més important de l'idioma. Una de les maneres més senzilles de guanyar-se algú és recordar com se diu i fer-li sentir que t'importa. Inverteix el temps i l'energia que calguin per a gravar en la teva ment de forma indeleble els noms dels altres.

Fes que la gent se senti important, i fes-ho de cor. Si ets tan egoïsta que no pots transmetre una mica de felicitat i tenir un detall d'autèntic afecte sense pretendre res a canvi, fracassaràs. L'única compensació que has de procurar d'algú és la

¹² Sant Ignasi de Loiola (1491 – 1556), fundador de la Companyia de Jesús.

sensació que li has fet un favor que no et pot retornar. Aquesta sensació roman en la memòria durant molt de temps.

Hi ha una llei que, si l'obeeixes, et procurarà innombrables amics i una felicitat constant. Fa segles que Jesús la resumí en una sola frase: «*Tracteu els altres tal com voleu que ells us tractin*»¹³. El què necessites és guanyar-te l'aprovació dels qui et tracten, el reconeixement del teu autèntic valor. No vulguis escoltar elogis falsos i llagoters, sinó anhela un afecte sincer. Per això obeeix la regla d'or i fes pels altres allò que voldries per tu: sempre i a tot arreu.

ELS MOTIUS SOBRENATURALS AUGMENTEN ELS FRUITS DE LA GENEROSITAT

Per a obrar amb justícia amb tu mateix, has de romandre vigilant i ser pràctic des d'un punt de vista humà en les teves relacions amb els altres. En el pla natural, obtens un benefici personal del benefici que procures a l'altre. ¡Com no en seran de grans aquests beneficis si eleves aquestes tendències naturals al pla sobrenatural!

L'egoisme de vegades enfosqueix la mirada i encongeix la mà a l'hora de tenir un gest amable. No siguis d'aquells que, cercant l'honra o l'elogi aliens, estan disposats a fer grans sacrificis, però descuren petites mostres de d'atenció que afegirien més excel·lència al seu nom que

¹³ Cf. Mt 7,12; Lc 6, 31.

qualsevol gran gesta inspirada per motius egoistes. Una paraula o un detall amables són com encendre el ciri de l'altre amb el propi sense que aquest perdi gens de la lluminositat que guanya l'aliena.

La caritat ha de ser sincera i compassiva, perquè la manera de donar té més valor que allò que es dóna. L'amor et disposa a anticipar-te al desig més mínim del proïsme i a fer-li qualsevol servei que estigui al teu abast. En la majoria de nosaltres la tendència a l'egocentrisme està molt desenvolupada. Per això afirma sant Francesc de Sales¹⁴: «Aquestes petites temptacions d'ira, de sospites, de gelosies, d'enveja, d'idil·lis, de frivolitat, de vanitat, de simulació, d'afectació, d'artifici, de pensaments deshonestos, són els exercicis quotidians de les persones més devotes i decidides; per això... mentre esperem l'ocasió de combatre bé i abrivadament les grans temptacions, si arriben, cal que ens defensem bé i dignament dels petits i febles atacs».

Examina't del teu propi egoisme, que es manifesta en l'autocomplaença, en la recerca de beneficis personals o en la teva pobra opinió dels altres. Potser deixes que el teu «jo» interfereixi en el teu camí massa sovint. Procura «fugir de tu mateix»: allibera't del pessimisme obsessiu; deixa de rumiar sentiments ferits i injustícies aparents. En canvi, esforça't per alimentar pensaments alegres; mira les misèries de la vida dels altres amb els seus ulls i fomenta un afectuós esperit de servei envers ells. En general, intenta

14 Sant Francesc de Sales (1567-1622), bisbe de Ginebra.

exercitar amb ells la caritat que tant valoraries si l'exercitessin amb tu.

Fer el bé als altres amb l'esperança que, al seu torn, el Senyor sigui bo amb tu és un motiu sobrenatural, però egoista. Fer el bé als altres sabent que això és el que et demana Crist és menys egoista. Fer el bé als altres amb la convicció que s'està fent al mateix Crist és senyal de puresa d'amor a Déu. Fer el bé als altres per agradar a Déu i donar-li el millor del que siguis capaç és un perfecte amor de Déu.

Fes tant de bé al proïsme com t'ho permetin les circumstàncies. Si la teva vida està massa centrada en tu mateix, serà plana i buida. Un interès viu pels altres et duu a superar la mesquinesa de l'amor propi, que s'ha de fondre en el gresol de l'interès quotidià per la gent. Fer desaparèixer el jo per tal que altres siguin feliços és tasca de tota una vida, que rebrà una recompensa abundant de Déu. Oferir amb generositat els teus pensaments amables, les teves paraules de conhort i les teves mostres d'atenció és semblar-se a Crist.

Per estimar de veritat, has de tenir la mateixa fe que Crist va donar al món: la religió de l'amor, que ens ensenya a estimar els homes per amor a Déu malgrat el sacrifici. Tot i que les teves passions s'hi oposin, la teva fe exigeix créixer en la caritat. Pere ho expressa amb aquestes paraules: *«Per això mateix, heu de treballar amb tot l'esforç perquè la vostra fe vagi acompanyada de la virtut; la virtut, del coneixement; el coneixement, del domini d'un mateix; el domini, de la constància; la*

constància, de la pietat; la pietat, de l'estimació fraterna; l'estimació fraterna, de l'amor»¹⁵.

I sant Pau diu: «*Germans, per la misericòrdia que Déu ens té, us exhorto a oferir-vos vosaltres mateixos com una víctima viva, santa i agradable a Déu: aquest ha de ser el vostre culte veritable*»¹⁶. D'aquesta manera, tot allò que facis, fins la cosa més corrent, pot convertir-se, com l'aigua de Canà, en el vi del sacrifici¹⁷.

DOMINA ELS TEUS SENTITS I PASSIONS AMB LA DISCIPLINA

No busquis la felicitat en interès propi, sinó en la renúncia a tu mateix que predica el Fill de Déu per a impulsar-nos en el camí de la felicitat. «*No us penseu que hagi vingut a portar la pau a la terra. No he vingut a portar la pau, sinó l'espasa*»¹⁸. Ha vingut a desfermar la guerra contra el propi jo i les passions egoistes; a alliberar els homes de la misèria del seu egoisme.

L'amor exigeix generositat i sacrifici personal. És el cor i l'ànima de la religió. No es conforma amb bones paraules, sinó que busca afermar-se mitjançant les obres. Si no practiques el sacrifici de tu mateix, només et complaus a tu.

L'Esperit Sant santifica les ànimes amb el do de la gràcia i els infon una generositat més gran en el servei a Déu i al proïme. La seva gràcia

15 2P 1, 5-7.

16 Rm 12,1.

17 Cf. Jn 2,9.

18 Mt 10,34.

conferí als màrtirs el coratge per a morir per la fe i als sants la fortalesa per a portar una vida santa i viure les virtuts en grau heroic.

En aquesta vida el sacrifici ha d'anar unit a l'amor. L'amor a Déu no pot ser autèntic si no renunciem a l'amor desordenat a nosaltres mateixos: és a dir, a la triple concupiscència de la carn, dels ulls i de l'arrogància dels béns terrenals¹⁹.

Les passions en si mateixes són egoistes i cegues. Necessiten que les dirigim. Quan deixem que una passió triï el seu rumb, es converteix fàcilment en un conductor insensat al volant d'un vehicle de gran potència. Si vols que a la teva vida hi hagi ordre, et cal disciplina. Les teves passions i emocions han d'estar il·luminades per la fe, i la teva raó i la teva intel·ligència dominades per Déu. Si alguna passió traspasa el límit marcat, la teva raó, actuant sota el poder de la voluntat i ajudada per la gràcia, pot retornar-la al lloc que li pertoca. D'una altra manera et dominarà.

Sant Vicenç de Paül²⁰ aconsella: «El qui vulgui avançar en la perfecció ha de tenir una especial diligència per no deixar-se portar per les seves passions, perquè destruirà amb una mà l'edifici espiritual que està aixecant amb l'altra. Però, per aconseguir-ho, la resistència ha de començar mentre les passions són encara dèbils, perquè un cop arrelades i enrobustides, gairebé no hi ha remei».

19 Cf. 1Jn 2,16.

20 Sant Vicenç de Paül (c. 1580-1660), fundador de la Congregació de la Missió Lazarista i de les Filles de la Caritat.

La sensualitat, o l'amor sensual, és enemiga de l'amor i anihila l'amor autèntic, perquè en realitat no és més que amor a un mateix. La sensualitat procedeix del cos. Els sentits corporals mai no donen res: només són capaços de prendre quelcom i fer-ho seu. De totes les passions, és la més violenta en els seus desitjos i la més imprudent a l'hora d'obtenir allò en què ha posat el cor. Tot i que el seu discurs i la seva conducta conservin l'aparença de l'amor, els seus efectes poden acabar sent els de l'odi.

Sant Judes diu: «*Aquests són els qui creen divisions, es guien per ells mateixos i no tenen l'Esperit*»²¹. La persona sensual està buida de l'Esperit Sant, l'esperit de l'amor autèntic i generós. Però l'esclau de la sensualitat no sempre és conscient de la naturalesa de la seva malaltia. La sensualitat despulla l'amor de la seva immensa i noble fortalesa, que lliura i aconsegueix coses grans sense pensar en si mateix i mai no deixa de ser veritable.

Si vols ser fidel en l'amor al proïsme, has d'espiritualitzar-lo. Si en el teu amor es barreja la sensualitat, hauràs de negar-te un cop i un altre tot allò a què aquesta t'empeny. L'amor ha de fer-se cada vegada més pur, fins que el seu fi no sigui la carn. Fins i tot l'amor conjugal, que per la seva naturalesa i finalitat, pot ser un amor sensual, ha de fer-se més espiritual, perquè els qui s'han convertit en «una sola carn»²² acabin sent «un sol cor i una sola ànima»²³.

²¹ Jd 1,19.

²² Gn 2,24.

²³ Ac 4,32.

Les passions, els sentiments i les emocions són creats en si mateixos bons i útils; però, quan se'ls permet creuar la línia marcada, tenen capacitat per al mal. El pitjor mal que existeix neix de la rebel·lió de la intel·ligència humana contra Déu: és el pecat de supèrbia.

Descobrir i reconèixer el teu defecte dominant forma part essencial de la conquesta del perfecte autodomini. Un cop ho hakis aconseguit, els teus esforços es centraran en una sola cosa i comptaràs amb moltes més probabilitats d'èxit en la teva lluita contra l'enemic.

LA RENÚNCIA A UN MATEIX PORTA LA PAU I LA FELICITAT

La pau que ofereix el món està basada en la capitulació davant les nostres passions; la que ofereix Jesús es basa en la victòria sobre elles. La primera és una font d'infelicitat; la segona és font d'autèntic goig. El Senyor ha dit: «*Qui haurà guanyat la seva vida, la perdrà, però qui l'haurà perduda per causa meva, la trobarà*»²⁴. Qui es busca a si mateix, i no a Déu, troba la infelicitat i la mort.

«*Si algú vol venir amb mi, que es negui a ell mateix, que prengui la seva creu i que em segueixi*»²⁵, diu Crist. No et demana que estimis el sacrifici pel sacrifici. N'hi ha prou que l'estimis per amor a Déu. A la terra no es pot estimar Déu sense renunciar a tot allò que sigui un obstacle

²⁴ Mt 10,39.

²⁵ Mt 16,24; Mc 8,34; Lc 9,23.

per al seu amor. Aleshores el sacrifici es fa, primer tolerable i, molt aviat, fins i tot acceptable. Quan per amor a Déu acceptes els sacrificis que Ell et demana, tens no només l'esperança, sinó la certesa d'agradar-lo, donant-li glòria i guanyant la salvació de la teva ànima. Cap esforç és massa gran per a un cor enamorat, perquè on hi ha amor no hi ha esforç. Amb la gràcia de Déu, aquest esforç d'amor obre la porta a la joia en el servei a Déu.

Si cerques la felicitat, has d'estar disposat a recórrer el camí de la renúncia. Només pots ser feliç resistint les rebels inclinacions de les teves passions, i mai posant-te al seu servei. Com més complet sigui el teu despreniment de les coses d'aquest món, més feliç seràs. Fins i tot els bons cristians es neguitegen, s'angoixen i es descoratgen quan no hi ha renúncia. Lluiten contra la seva afecció a les coses efímeres per les quals senten atracció, mentre que Déu busca d'atraure'ls cap a Ell.

Per això la felicitat consisteix en la renúncia d'un mateix, de la pròpia ment i de la pròpia voluntat per escoltar Déu i fer la seva santa voluntat; per servir-lo, en Ell mateix o en les criatures que el representen. La felicitat consisteix a vèncer-se un mateix i les criatures per lligar-se amb el cor i la ment a Déu, font de tota bondat i felicitat.

Santa Teresa²⁶ digué: «I des del moment que vaig decidir servir amb totes les meves forces el Senyor i consolador meu, ja no em vaig sentir

26 Santa Teresa d'Àvila (1515-1582), monja carmelita i mística.

afligida». Una de les seves filles espirituals, santa Teresina de l'Infant Jesús²⁷, escriví: «Entrà la caritat al meu cor amb la necessitat d'oblidar-me perpètuament de mi mateixa, i des d'aleshores vaig ser feliç». I sant Joan M. Vianney²⁸: «Hem de demanar l'amor a les creus; aleshores són dolces. Jo ho he provat; he estat molt calumniat i objecte de contradicció. Portava creus, potser més de les que podia. Aleshores vaig demanar l'amor a la creu i vaig ser feliç; ara em dic; veritablement no hi ha felicitat sense això».

Els sants han estat sants perquè foren feliços quan costava ser feliç, pacients quan costava ser pacient, varen callar quan necessitaven parlar i afables quan sentien la temptació de cridar. Varen anar endavant quan volien aturar-se. La *santedat* no és més que una altra paraula per anomenar l'oblit i la renúncia d'un mateix.

El sacrifici costa. Però creixeràs en fortalesa si estàs plenament decidit a no negar res a Déu, si acceptes joiosament els descoratjaments i les creus, si mortifiques les passions, si agraeixes a Déu la creu que t'envia i li demanes esperit de sacrifici.

Només trobaràs descans en Déu, perquè és Ell qui t'ha creat. Les criatures que estimes només donen felicitat en la mesura que les estimes en Déu, que és el seu Autor. I es tornen amargues quan les estimes fora d'Ell.

Els qui són d'aquest món cometen l'error de posar la seva felicitat a seguir els seus desitjos i

²⁷ Santa Teresina de Lisieux (1873-1897), monja carmelita.

²⁸ Sant Joan M. Vianney (1786-1859), patró dels sacerdots, conegut com el rector d'Ars.

satisfer les seves passions. Aquest camí duu a l'amargor, a la tristesa i a la desesperació. Cerquen la felicitat en ells mateixos i en les altres criatures, però només són capaços d'aconseguir una participació buida i fugissera.

Demana a Déu l'amor a la creu. Malgrat l'aversion natural que et provoqui, pren la decisió ferma d'oblidar-te del tot de tu per pensar només en l'interès de Déu i de les ànimes. Procura trobar la felicitat que consisteix a fer feliços els altres.

IMITA EL SACRIFICI DE CRIST

L'amor que el Senyor en té és el model del nostre amor sacrificat al proïsme. Jesús diu: *«Aquest és el meu manament: que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat. Ningú no té un amor més gran que el qui dóna la vida pels seus amics. Vosaltres sou els meus amics si feu el que jo us mando»*²⁹.

La imitació de Crist és l'exponent cabdal de la virtut. Durant trenta-tres anys, Crist caminà entre nosaltres en l'amor i «va passar fent el bé»³⁰. Per a garantir-nos la felicitat, es va oferir ell mateix no per força, sinó voluntàriament i amorosa. *«Crist ens va estimar i s'entregà a si mateix per nosaltres, oferint-se a Déu com a víctima d'olor agradable»*³¹. El sacrifici de Crist va destruir l'ordre pervers del pecat. A Déu fou

29 Jn 15, 12-14.

30 Ac 10 ,38.

31 Ef 5, 2.

agradosa la flaire d'encens de l'oblació del Calvari. L'amor del Senyor envers nosaltres no té límits. Morir si cal per aquells a qui estimem és la més gran prova d'amor, i Jesús donà la seva vida per nosaltres.

Quantes vegades estàs disposat a molestar-te o a sacrificar-te pel proïme, per no dir a lliurar la teva vida per ell? Tot i que no sempre se't demana morir per l'altre, sí que has de viure sempre pels altres. L'autèntic significat de la caritat consisteix primer de tot a donar el que *ets* que no a donar el que *tens*. El proïme, els teus diners o els teus béns: aspira a una part del teu cor. L'amor en canvi, sinó està basat en l'entrega personal que és el propi sacrifici. En paraules de sant Pau, «*Que cadascú doni allò que de cor ha decidit, no de mala gana ni per força, perquè Déu estima el qui dóna amb alegria*»³².

Precisament perquè el sacrifici de Crist fou tan agradable a Déu, accepta qualsevol ofrena o sacrifici teus que s'uneixin al de Crist. Posa sobre l'altar a la santa missa les penes i renúncies que el tracte amb els homes exigeix de tu i fes-ne d'elles una ofrena expiatòria unida a la de Crist. Has d'estar disposat a sacrificar-te pel proïme «com Crist ens estima», per la salvació de la seva ànima i pel seu benestar temporal.

Per a imitar Déu et cal la gràcia. Pots obtenir-la si la demanes, si realment desitges semblar-te a Crist. Suplica la seva gràcia per tal de descobrir en què pots imitar la seva conducta.

32 2Co 9, 7.

CEDEIX DAVANT ELS ALTRES QUAN CALGUI

Sant Pau ens aconsella adaptar-nos als costums dels altres: «*No sigueu mai ocasió d'escàndol, ni per als jueus, ni per als grecs, ni per a l'Església de Déu. Feu com jo, que procuro de complaure'ls tots en tot, no cercant el meu propi bé, sinó el bé de tots, perquè se salvin*»³³. I ens anima amb aquestes altres paraules: «*Alegreu-vos amb els qui estan alegres, ploreu amb els qui ploren. Viviu d'acord els uns amb els altres*»³⁴. Enmig dels seus viatges constants, va treballar amb les seves mans, evitant ser una càrrega per a les comunitats cristianes que el rebien³⁵. Totes aquestes accions brollaven de la mateixa font: veure Crist en el proïsme a través de la fe.

Sant Pau va cedir davant els altres en la mesura que li ho permetia l'esperit de Crist. Renuncià als seus drets i llibertats personals amb la finalitat de poder guanyar nous deixebles pel Crist. Així són l'autèntic zel apostòlic i la caritat desinteressada.

Un dels mitjans per a portar-se bé amb els altres consisteix a estar disposat a cedir. Els caràcters fermes són capaços de rendir-se davant d'altres moguts per l'amor, l'amabilitat i la humilitat – i fer-ho amb elegància – quan no comporta un pecat. I són capaços també de

33 1Co 10, 32-33.

34 Rm 12, 15-16.

35 2Co 12, 16.

mantenir els seus principis i no cedir quan implicaria pecar.

Un dels tests de caràcter més definitius passa per examinar la consciència sobre la teva manera de cedir davant les idees, els plans i els desitjos aliens. Mostres feblesa de caràcter quan no ets capaç de transigir amb elegància en les coses més petites si hi ha una raó per fer-ho. És també senyal de feblesa de caràcter estar disposat a transigir quan hi ha en joc principis sans. Hi ha gent que no cedeix quan no hi ha res en joc i, tanmateix, ho fa gairebé sempre quan perillen la virtut i els principis rectes.

Mostres *resistència a cedir* si rebutges la companyia dels qui no volen que surtis amb la teva en qualsevol discrepància sorgida al voltant d'un pla o un tema; si en una discussió insisteixes a totes passades en el teu punt de vista i, a mesura que avança, alces la veu cada cop més; si poses mala cara i mostres rancúnia, de vegades de manera persistent, quan et veus obligat a adaptar-te a un altre; o si ets dominant amb la teva família o els teus amics i respons amb menyspreu a les objeccions a les teves idees.

Mostres *massa disposició a cedir* estant en joc els teus principis si t'apresses a acompanyar algú quan et suggereix una conducta fora de to, com llegir una revista poc recomanable; si participes en converses inconvenients perquè no vols que pensin que ets un beat o que fuges del mal; si acceptes les crítiques contra els qui no et cauen bé per a venjar-te d'ells o perquè no quedin per sobre de tu; o si tens tracte amb algú que pugui

facilitar-te un ascens tot i que no tingui bona reputació.

Quan es troba en joc el bé de l'altre, no evitis la més mínima molèstia, ni et planyis per privar-te d'un avantatge personal, ni et plantejis el més petit dubte, ni pensis en la teva reputació. Per a la naturalesa humana posar el jo en segon pla és una renúncia excel·lent. Col·locar per amor a Déu les necessitats i interessos aliens per davant de tu suposarà per als altres un bé més gran del que pots imaginar. La teva intenció agradarà a Déu i hi haurà algú on sigui que es beneficiarà d'allò en el moment en què a Déu li sembli oportú. Et farà molt de bé a tu mateix, enfortiràs la teva ànima amb l'exercici de la virtut i mereixeràs una recompensa eterna. Fer aquests sacrificis per amor a Déu ha de ser per a tu motiu de joia. Com Pau, agradaràs a tots per amor a Déu.

FES PETITS SACRIFICIS PELS ALTRES

Sant Pau aconsella sacrificar petits drets per al bé dels altres. Arriba a desitjar fer-se esclau amb la finalitat de salvar ànimes per a Crist. El seu llenguatge expressa un zel ardent per la salvació de les ànimes: *«Jo, que no era esclau de ningú, m'he fet esclau de tots per guanyar-ne tants com pugui... M'he fet feble amb els febles per guanyar els febles; m'he fet tot amb tots per salvar-ne alguns, costés el que costés»*³⁶.

36 1Co 9,19; 22.

En el teu cas, fer-te esclau implica la privació voluntària d'aquests petits drets que et resulten tan plaents. Potser signifiqui romandre molt amatent a les necessitats i desitjos dels altres estalviant-los esforços, alleujant les seves càrregues, infonent-los coratge i noves esperances, oferint-los alè amb una encaixada de mans, o fent-los el favor que et demanen en el moment més inoportú.

Aquestes negacions personals i les renunciacions que duen amb elles són molt agradables a Déu. Els petits detalls de cortesia en les relacions quotidianes realitzats amb sentit sobrenatural, tot i que insignificants per ells mateixos, manifesten l'esperit de Crist als qui els reben. Procura tenir aquestes atencions amb tant d'interès i gentilesa que el destinatari pugui sentir-se honorat. Serà un bon guany si viu una vida més santa com a conseqüència de l'amabilitat que has demostrat.

Posa a fer el bé als altres per la seva felicitat eterna un afany molt més gran que el que les baixes passions hi posen per a guanyar seguidors per a causes roïnes. Que el teu afany per guanyar ànimes per a Crist sigui com a mínim el mateix.

EL SACRIFICI T'AJUDA A GUANYAR ÀNIMES PER A CRIST

Sant Pau aconsella la renúncia espiritual a un mateix. Està disposat a entregar fins a l'essència de la seva vida en bé de les ànimes.
«Fills meus, sento dolors de part com si us

tornés a infantar, i no els acabaré fins que Crist no quedi format en vosaltres»³⁷. Amb aquestes paraules expressa el cim del deseiximent en l'exercici de la caritat, i combina la tendresa d'una mare amb la fortalesa d'un pare, identificant el seu patiment per les ànimes amb els dolors d'un naixement espiritual. Les angoixes, els sofriments i els temors per la seva felicitat i la seva lleialtat a Crist són un part de naturalesa espiritual. Per segona vegada pateix pels gàlates dolors de part. El seu primer «treball» va ser atraure'ls a l'Església. Però es corromperen. D'aquí l'immens neguit per tal que «Crist es formi» en ells una altra vegada.

El dolor de l'ànima és el preu de les conversions. El pecat només el pot esborrar aquest dolor de l'ànima que anomenem contrició sobrenatural. Si vols guanyar ànimes per a Crist, has d'estar disposat a suportar l'angoixa que provoca el pecat i que els pecadors no experimenten, per tal de guanyar per a ells, tot i que sigui en el darrer moment, la gràcia del penediment. Potser molts cors et fan passar per l'agonia de les esperances ajornades, o per la de l'aparent fracàs final del qui ha suposat per a tu una preocupació fonda. Però el teu lliurament sincer per a portar una ànima a Crist no serà en va. Déu coneix la silent labor de la gràcia a les ànimes.

L'esperit de sant Pau consisteix a exposar-se al sacrifici més gran perquè els altres assoleixin la glòria. Això és la grandesa espiritual. Has de ser

37 Ga 4,19.

tan generós com per a privar-te voluntàriament de qualsevol avantatge personal per apropar d'altres a Crist. S'ha d'arribar a l'essència del cristianisme mitjançant el servei abnegat al proïsme per amor a Déu. La caritat heroica només és possible on l'autèntic amor a Déu s'ha fet l'amo de l'ànima. Com més impregnat estàs de l'esperit de Crist, més abnegat ets. Com més generós procures ser, més tens per donar-ne als altres. Com més gran és el teu amor a Crist, més sant i més eficaç serà el teu amor al proïsme.

Demana-li sovint al Senyor que et disposi fermament al sacrifici pels altres, especialment quan la teva ceguesa o la teva resistència no et deixin veure les ocasions. Ell sap millor que ningú què vol dir fer-se esclau en nom de la caritat. Demana-li la gràcia de semblar-te més a Ell en el sacrifici pels altres. Demana-li a la teva Mare del cel, que «*se n'anà de pressa a la muntanya, en un poble de Judea*»³⁸ per servir a la seva cosina Elisabet, que t'ensenyi l'autèntic deseiximent.

El teu amor per les ànimes ha de ser sobrenatural i autènticament apostòlic. Cal oblidar-se dels interessos egoistes i dels afectes i emocions. En la dura prova del sacrifici de tu mateix, has de conservar el valor prop de Jesús i confiar en la teva pregària, unida a la seva, per les gràcies que implores per les ànimes. Aprèn de l'esperit de sant deseiximent de sant Pau, per tal que aquestes paraules se't puguin aplicar:

38 Lc 1,39.

«*Germans, desitjo de tot cor i prego a Déu que se salvin*»³⁹.

L'apostolat d'oració, sacrifici i penitència per la salvació de les ànimes és obert a tots. No es limita als qui es troben en contacte directe amb elles. Més d'una persona que no milita en les files del sacerdoti de l'Església ha estat una mare per l'ànima d'una altra. Tant l'invàlid confinat al llit del dolor, com la monja de clausura en la soledat de la seva pregària poden practicar un apostolat molt actiu per la salvació de les ànimes. Les ànimes santes en el seu diàleg solitari amb Déu o en el fidel compliment de les seves obligacions diàries, poden contribuir tant a la conversió dels pecadors com el missioners que els tracten directament. Santa Teresina de l'Infant Jesús deia: «Jesús vol que la salvació de les ànimes depengui dels nostres sacrificis i del nostre amor»; «visquem per a les ànimes... siguem apòstols... preguem i patim per elles».

TRANSMET ALEGRIA

L'alegria presta un servei immens a l'hora d'alimentar la virtut de la caritat i és en si mateixa una virtut; i, per tant, un hàbit que podem i hem d'adquirir.

Potser la paraula que millor la representi sigui *l'afabilitat*. Sant Tomàs d'Aquino⁴⁰ la situa sota l'epígraf de la virtut moral de la justícia, la que ens disposa a donar als altres el que els pertoca

³⁹ Rm 10,1.

⁴⁰ Sant Tomàs d'Aquino (1225-1274), filòsof i teòleg dominic.

per deure o per obligació. Nosaltres estem obligats a ajudar amb la nostra almoïna els qui pateixen necessitat i amb els nostre consell els qui erren: també hem d'ajudar els qui coneixem o tractem amb la nostra amabilitat, comprensió i les nostres maneres afables.

Un capteniment i una actitud amables ajuden molt els qui et tracten. Si ets esquerp, trist i eixut, la gent estarà incòmoda i tu et sentiràs encara més temptat a deixar-te dur per la tristesa. Però, si ets alegre, infondràs ànim als altres, els invitaràs a fer-te confidències i acreixeràs la seva esperança de ser bons servidors del Senyor.

Si la teva actitud davant la vida i dels qui t'envolten és sempre pessimista, potser ets un cas greu d'autocompassió: et deixes abatre per les teves penes i malastrugances. O potser l'enveja anul·la tots els teus esforços per ser alegre perquè només et fixes en les coses bones que tenen els altres i tu no. O potser siguis víctima de les teves emocions. Pot ser que el teu temperament tendeixi a la tristesa i hagi pres la disposició de deixar-te governar per ell.

EVITA LA FALSA ALEGRIA

La teva alegria no és autèntica si no ets seriós quan se n'ha de ser, i descures les teves principals obligacions. És una alegria equivocada i perillosa minimitzar els pecats greus, defugir qualsevol pensament sobre el judici i l'infern, ser atabalat i distreure els altres a l'Església o en els moments en què es requereix formalitat. No ets

veritablement alegre si no ets compassiu. El teu caràcter té una greu falta d'alegria si no t'inspiren compassió les penes dels altres, si evites a la gent que pateix o si manifestes amb la teva actitud que no permetràs que et molestin amb les seves desgràcies.

No cal expressar sempre la alegria amb somriures, riallades, bromes o conversacions frívols. Davant una pena pots adoptar una cara seriosa i donar mostres de compassió, sense deixar de manifestar alhora la teva alegria fundada en l'esperança, la fortalesa i la paciència que Déu concedeix als qui demana que pateixin. No intentis evitar que cap dels teus amics afronti els fets que causen dolor, no inventis raons poc realistes per tal que no s'entristeixin, ni et prenguis a la lleugera el patiment dels altres.

No series veritablement alegre si només ho fossis unes vegades i d'altres et deixessis dur per la tristesa i la melangia: senyal que et manaven els sentiments. Pitjor encara que tinguessis el costum d'estar alegre amb alguns parents i amics, i de mal humor amb altres, especialment amb els de la teva pròpia família. No es pot consentir mantenir una actitud davant els teus i una altra diferent amb els de fora de casa.

Has d'aprendre a sobreposar-te a les teves emocions, per molt difícil que et resulti. No és cap hipocresia regir-se per la voluntat i no pels sentiments. Intenta assolir l'ideal de ser el mateix amb tothom: amable, afable, comprensiu, optimista... en una paraula: alegre. Tothom reconeixerà aquest ideal i transmetrà al teu voltant la llum de l'alegria.

No ets veritablement alegre si depens d'estimulants perillosos de qualsevol mena. La beguda acostuma a ser una fugida de la realitat i fa la gent escandalosa, ridícula i la degrada.

Hi ha tres virtuts que ens fan persones alegres en el sentit autèntic de la paraula: l'esperança, la fortalesa i la caritat fraterna.

L'esperança és la virtut que et fa mantenir la mirada al cel, meta de la teva vida; una meta que assoliràs pels mèrits, les promeses i la fidelitat de Jesucrist. Estàs alegre perquè allò que t'espera és meravellós. L'esperança és una virtut sobrenatural infosa en el baptisme, però la seva eficàcia depèn del teu esforç i repetició d'actes.

No pots estar alegre si caus en els vicis que s'oposen a l'esperança, com la desesperació, que és rendir-se a la idea que el cel no es pot assolir i que els sofriments de l'infern són inevitables. Santa Teresina de l'Infant Jesús deia: «Mai no serà massa el que podem esperar de Déu, alhora misericordiós i omnipotent».

La mundanitat, que ens indueix a gaudir de qualsevol plaer possible aquí i ara, duu a la tristesa, ja que no existeix cap plaer en el món capaç de satisfer plenament el cor de l'home. També porta a l'enveja, l'avarícia, la impuresa i a tota causa de tristesa.

LA FORTALESA ET PERMET AFRONTAR LES DESGRÀCIES D'AQUESTA VIDA

La fortalesa, un dels fonaments de l'alegria, et duu a enfrontar-te a les inevitables desgràcies de

la vida, i sobretot a la mort, tot servint Déu et amb coratge i perseverança. El patiment de Crist et servirà de model. Miraràs la felicitat del cel amb cor esperançat, i fins els sofriments més grans et semblaran un preu insignificant per tal recompensa. Procura superar la covardia, l'autocompassió, i la falta de confiança en la bondat de Déu, que són un obstacle per a la teva alegria i fan que et queixis constantment a Déu i als qui t'envolten dels sofriments que et toca suportar.

No et prenguis massa seriosament a tu mateix. Aprèn a no deixar-te desanimar pels teus errors. Cap ésser humà és capaç d'evitar el fracàs. El que és important és evitar que els defectes i errors puguin amb tu. Els remordiments són una despesa d'energia descomunal. No es pot construir res a sobre d'ells.

En comptes de malbaratar un temps i energia valuosos corsecant-te i fent-te retrets, és més intel·ligent reprendre el camí. La gent no és gens comprensiva amb els qui es compadeixen de si mateixos. Quan algú és desgraciat, els altres no acostumen a mostrar-se insensibles. Però tenen coses a fer, feina per enllestir, i plaers de què gaudir: esperen que t'ho prenguis esportivament i reprenguis la batalla de la vida. I això és el més assenyat.

Si no t'atures i afrontes els teus problemes amb coratge i esperança, influiràs positivament en altres. El coratge i l'esperança s'encomanen. Difon aquestes virtuts entre les persones amb les quals et relaciones: et faràs a tu i a elles un gran favor.

FER EL BÉ PORTA L'ALEGRIA

La virtut de la caritat arrelada en l'amor de Déu et duu a estimar tots els teus semblants i a desitjar ajudar-los, especialment els qui conviuen amb tu. I mantenir una actitud alegre és una forma d'ajudar els altres.

La joia és la recompensa de la caritat. La íntima alegria de l'ànima es distingeix de totes les altres per la seva puresa. Quan és fruit de la caritat, no s'acaba. Tota la felicitat d'aquest món té un final, excepte la del cor enamorat que sap com compartir el goig i la desgràcia alienes. L'alegria que neix de la caritat és la que es conserva en el moment de la mort.

Arribada l'hora del comiat, el diví Mestre expressa el desig que la seva alegria romanguí amb els seus deixebles: *«Us he dit tot això perquè la meva joia sigui també la vostra, i la vostra joia sigui completa»*⁴¹. Per això, quan fas el bé, la teva joia neix de la font d'Aquell que és l'essència de tot amor: la font de Déu. Dels torrents de goig que corren en el cor de Déu en brollarà en el teu cor un doll si lluites – per poc que puguis – per imitar el seu immens amor. Així és la font de la qual parla el Senyor: *«L'aigua que jo li donaré es convertirà dintre d'ell en una font d'on brollarà vida eterna»*⁴².

Si el teu cor té set d'alegria, fes el bé als altres. Sadollaràs la teva set en el doll de la felicitat de Déu. Només pots ser feliç si el posseeixes a Ell. Diu sant Agustí: *«Ens has fet per a tu, Senyor, i*

41 Jn 15,11.

42 Jn 4, 14.

el nostre cor està inquiet, fins que descansi en tu»⁴³. Si et mou un amor sincer de Déu, trobaràs la felicitat fent feliços els altres.

L'ACTIVITAT ALIMENTA LA JOIA

Estar actiu és una de les maneres més efectives de no perdre l'ànim ni el bon humor. L'activitat fa referència a la humilitat: quan fas alguna cosa estàs en contacte amb la realitat. No és que els teus problemes desapareguin com per encís, però, al contrari que les paraules, els somnis i els bons propòsits, posa les bases per a resoldre'ls. Mentre actues la teva esperança és il·limitada i no queda espai per al pessimisme.

Tanmateix, quan encetis una activitat mira-la amb una perspectiva a llarg termini: això t'ajudarà a conservar l'ànim. Tendim a ser molt impacients. Volem solucions fàcils d'immediat; i, si no les veiem a prop, ens descoratgem. La naturalesa es pren el seu temps i tu formes part de la naturalesa. No pots forçar les coses. Conrea un respecte pels temps i pel seu paper essencial que té en tota activitat humana.

TINGUES SENTIT DE L'HUMOR

Una ajuda gairebé indispensable per a l'alegria consisteix a desenvolupar el sentit de l'humor, que no significa ser enginyós, explicar històries

43 Sant Agustí (354-430); bisbe d'Hipona. *Confessions*, L I, cap. I

divertides i fer riure la gent: és la capacitat adquirida de descobrir els contrastos i les incoherències de la vida, especialment de la nostra, i riure'ns d'ells.

Sense sentit de l'humor, la manca de moltes comoditats materials poden ser un motiu de pena constant. El sentit de l'humor, en canvi, evitarà que et prenguis massa seriosament aquest món passatger; t'adonaràs de l'absurd d'estar trist si es té la certesa que el destí de l'ànima és gaudir de les riqueses del cel; i t'ajudarà a impregnar les teves converses d'aquest esperit positiu enfront les incongruències de la teva pròpia vida, de manera que també els altres puguin somriure quan sentin desitjos de plorar.

UN SOMRIURE POT FER MOLT DE BÉ

El somrís és un dels millors mitjans de què disposa la naturalesa per fer feliços els altres. Entre els trets més atractius d'un caràcter hi ha el somriure càlid i sincer que neix de dins. Les obres diuen més que les paraules, i el que diu el somrís és: «M'agrada. Em fas feliç. M'alegro de veure't». Si no tens ganes de somriure, somriu de totes maneres: obliga't a somriure.

Un somriure costa ben poc i fa molt. Enriqueix els qui el reben i a tu no et fa més pobre. Aporta felicitat a la llar i fomenta la benvolença entre els homes. És descans per al fatigat, llum per al pansit, un raig de sol per al trist i el millor remei de la naturalesa contra les preocupacions.

Un somriure no val per a res a menys que algú l'ofereixi. Cap de nosaltres no és tan ric com per a poder passar sense ell i ningú no és tan pobre mentre sigui capaç de somriure. Ningú no l'ha de menester tant com el qui no el pot mostrar. Acostuma't a oferir somriures confortadors i il·luminaràs aquest món tan tètric. Aquest raig de llum és el de l'amor de Déu si somrius perquè estimes el proïsme i el fas feliç per amor a Déu.

Participa en l'*apostolat del somriure*. El teu somriure està al servei de Déu: és un instrument per a guanyar ànimes. La gràcia santificant que hi ha a la teva ànima li afegirà dolcesa i li permetrà fer molt de bé.

Somriu per dins fins que notis que la teva seriositat i la teva severitat, han desaparegut; fins que hagi escalfat el teu cor fomentant en ell una actitud alegre. Després surt i somriu.

Somrient pots infondre nova vida, esperança i coratge en el cor dels qui defalleixen, els aclaparats, descoratjats, els temptats i els desesperats; pots preparar el camí de tornada a Déu d'un pecador; el teu somriure té poder de transmetre felicitat, joia, satisfacció, valor i confiança als cors dels altres.

Deixa que tots gaudeixin de la bellesa i l'alegria del teu rostre somrient. I, sobretot, somriu a Déu en l'acceptació amorosa de tot el que permet que passi a la teva vida, i mereixeràs que el rostre radiant i somrient de Crist t'esguardi amb un amor singular durant tota l'eternitat.

2. DEFUIG DE JUTJAR ELS ALTRES

Si hi hagués autèntica caritat en el teu cor, t'alegraries de veure tot el que hi ha de bo en el proïsme, i pensaries bé d'ell. La crítica delata una ment esquifida. Alguns creuen que descobrir defectes és senyal de una mena de saviesa, però no hi ha res que reclami tan poca intel·ligència. No hi ha res més fàcil que criticar: per dedicar-se a una cosa tan agra no cal talent, ni caràcter, ni renúncia personal, ni geni.

TINGUES PACIÈNCIA AMB ELS TEUS SUPERIORS

Els superiors sovint són el punt de mira de les crítiques. Sotmetre's a l'autoritat és un deure de tota criatura humana. Ningú no pot escapar a l'obediència. Així és el pla establert per Déu, que ha volgut delegar la seva autoritat divina en els

pares i altres superiors legítims. Ell mateix donà un gran exemple de submissió: referint-se a la seva Mare i al seu pare adoptiu en l'ordre natural de les coses, sant Lluç diu que Jesús «*els era obedient*»¹.

Si és inevitable que els instruments humans presentin errades i defectes, també ho és trobar-los en els superiors. De vegades una posició d'autoritat fa encara més paleses les mancances de la naturalesa humana. Els superiors, tot i moguts per les millors intencions, revelen determinats defectes. Poden ser dominants i massa conscients de la seva posició, predisposats a la impaciència i a la ira, indiferents a les queixes i necessitats dels qui tenen a sota, i massa picallosos en coses sense importància. Aquests assumptes seran motiu de majors o menors disgustos i conflictes.

Déu no vol aquests defectes, però sí que els jutgem amb comprensió. Ha establert el seu pla de delegació de l'autoritat sabent que les fallades existeixen; en certa manera se serveix d'elles i desitja que purifiquin els subordinats. Els superiors tenen l'obligació de lluitar amb coratge contra els propis defectes, sobretot per les conseqüències que es deriven de no fer-ho així.

Donar sentit sobrenatural a la teva obediència és descobrir la Providència Divina fins i tot en les faltes dels qui tenen autoritat, i practicar malgrat elles un total lliurament al deure, la caritat i la paciència.

¹ Lc 2,51.

RECORDA ELS TEUS DEFECTES

Els defectes aliens no et cridarien tant l'atenció si t'aturessis a examinar els teus. De quan en quan, demana prestades les ulleres del proïsme. Si et mires tu mateix com ho fan els altres, és probable que no t'ho creguis. Poques vegades mesurarem els defectes aliens i els propis de la mateixa manera, o amb la mateixa balança. Posem davant nostre el cistell amb les errades de l'altre i a l'esquena nostra, fora de la nostra vista, guardem el cistell amb les nostres.

Diu sant Pau: «*La caritat... no s'alegra de la mentida, sinó que troba el goig en la veritat*»². Si quan acuses algú dels seus defectes reconeguessis també les seves virtuts, probablement tothom t'agradaria. Tan fàcil és pensar bé del proïsme com trobar-li mancances, tot i que aquests pensaments no et procurin especial satisfacció.

Santa Teresa de l'Infant Jesús escriví en la seva autobiografia: «Quan vull fer que creixi en mi aquest amor, i sobretot quan el dimoni intenta posar davant dels ulls de la meva ànima els defectes de tal o qual germana que em cau menys simpàtica, m'apresso a cercar les seves virtuts i els seus bons desitjos, penso que si bé l'he vist caure una vegada, pot haver aconseguit un gran nombre de victòries que m'amaga per humilitat, i que fins i tot allò que a mi em sembla una falta, pot molt ben ser, degut a la recta intenció, un acte de virtut».

² Cf. 1Co 13,6.

Fins en el pitjor dels homes la gràcia és molt més habitual del que el teu esperit crític està disposat a admetre. Per això, encertaràs si fas consideracions sobrenaturals per tal que la teva crítica sigui caritativa. Pot ser que aquests motius sobrenaturals empitjorin la idea que tens de tu, però també t'animaran a confiar en el proïsme.

Practica l'autodomini i evita criticar d'altres de pensament i de paraula. No jutgis els seus defectes. Tenim tendència a exagerar les faltes alienes, especialment les dels qui ens són antipàtics. En lloc de fixar-te en les coses dolentes que hi ha al món, acostuma't a pensar en les bones i fomenta-ho. Així viuràs feliç.

EVITA ELS JUDICIS TEMERARIS

Fas un judici temerari quan, sense cap raó suficient, veus quelcom negatiu en el caràcter d'un altre. Un judici temerari no és el mateix que una sospita, és a dir, la tendència que tenim a fer-nos creure que probablement existeix en l'altre quelcom moralment indesitjable, tot i que no ens atrevim a emetre una opinió conclouent.

Jutjar temeràriament és un pecat contra la justícia. Tots tenim dret a conservar la bona estima que gaudim mentre no existeixin obres indiscutiblement malicioses que ens en privin. Un judici temerari és un acte d'injustícia envers el proïsme, ja el condemnes sense escoltar-lo ni conèixer les raons i motius que el duen a obrar. Quan jutjant temeràriament fem una greu injustícia amb el proïsme, el pecat és greu.

La caritat i la honradesa són qualitats necessàries de tot bon judici. Però és molt improbable que jutgem rectament. En la vida els ressorts que ens mouen a actuar solen escapar al nostre control i romanen amagats per la nostra supèrbia. El moment en què algú t'inspira antipatia – és a dir, un sentiment inexplicable desagradós o de rebuig – és el més perillós per a formar-te una justa opinió d'ell, del seu caràcter o dels seus actes. Qualsevol judici que facis en aquest instant serà inevitablement injust. Per a decidir justament has d'estar ben disposat envers l'altre. El mal humor, l'estat d'ànim i els sentiments fugissers influiran en els teus judicis. El que avui veus des de determinat angle, demà ho analitzaràs des d'un altre, i potser que siguin molt diferents dels d'ahir.

NO ES POT FER UN JUDICI RECTE BASAT EN LES APARENCES

Hi ha certes coses que, senzillament, no pots saber de la persona a la qual et sents inclinat a criticar. En primer lloc, no pots saber quin és l'estat real de la seva ment: potser en el moment de fer allò que tu critiques era mentalment irresponsable.

En segon lloc, no pots conèixer el rerefons complet del seu entorn i de l'educació rebuda. Potser el dia del Judici descobrim que la responsabilitat de les obres o els caràcters que ens semblen tan reprovables recau – per negligència, per una formació deficient o per una

influència externa – sobre el pares, els professors o els amics.

En tercer lloc, no pots conèixer els veritables motius que hi ha darrere les seves accions. Amb freqüència atribuïm a una acció motius que haurien estat els nostres en les mateixes circumstàncies. Però no hi ha dos éssers humans idèntics. Si intentes determinar els motius d'altres, és possible que t'equivoquis.

En quart lloc, no pots conèixer el grau exacte de culpa d'un home, sigui quin sigui el seu pecat: això és competència de Déu.

No tens dret a emetre un judici sobre algú fins a haver-lo analitzat des de tots els punts de vista i sospesar curosament totes les circumstàncies accidentals que podrien donar llums diferents sobre l'assumpte. Per a valorar el caràcter d'un home rectament i en justícia, hauries de conèixer tots els factors hereditaris amb els quals va créixer i amb els quals ara viu, la força de les seves passions, les limitacions de la seva intel·ligència i fins i tot les seves condicions físiques.

La tendència espontània a jutjar els altres és una feblesa de la nostra naturalesa caiguda que ens duu a dir que una persona és mal educada; una altra superba, egoista i antipàtica; i una altra arrogant, injusta, informal i hedonista: a conclusions com aquestes arribes amb un judici reflexiu. La teva experiència personal et fa conèixer tan bé una situació que immediatament dedueixes que altres han actuat igual que ho vas fer tu. I els atribueixes sense dubtar motius reprovables i actes immorals.

La teva ment, per dir-ho així, sotmet a judici qualsevol que estigui a l'abast del teu coneixement. És fàcil ser un jutge injust, ignorant i fins implacable. L'autèntic caràcter de les accions alienes depèn molt dels motius que les provoquen, i aquests motius no els coneixes.

«Un jutge no s'ha de creure un acusador fins no haver sentit l'acusat i haver-lo trobat culpable», diu sant Ignasi de Loiola. No tens dret a jutjar ningú sense donar-li l'oportunitat de defensar-se. Jutjar temeràriament significa apropiari-te dels drets de Crist, l'únic Jutge Suprem de vius i morts. Sant Pau diu: *«No judiqueu abans d'hora. Espereu que vingui el Senyor: ell farà llum sobre allò que s'amaga en les tenebres i posarà en evidència les intencions dels cors. Llavors l'elogi que es mereix cadascú vindrà de Déu»*³.

No es pot jutjar un home pels seus fracassos: se l'ha de jutjar per allò que fa amb ells. La grandesa interior d'una persona no es jutja per com actua quan està sota la mirada dels altres, sinó per allò que fa silenciosament i amb constància. Una de les lliçons més importants que hem d'aprendre és la traça per obtenir victòries de les nostres derrotes. Ningú no és un fracàs real i absolut. Només hi ha un veritable fracàs: la persona que no és fidel al millor de si mateixa.

És probable que en la vida tampoc puguis fugir alguna vegada del judici apressat i erroni d'altres. Ni el Senyor ni els sants van poder escapar-se'n.

³ 1Co 4,5.

És sensat fer tot el bé que puguis només perquè Déu t'ho recompensarà. Com a sant Pau, no t'han de preocupar els judicis dels homes sinó que has de témer els judicis de Déu⁴.

Demana-li al Senyor, que ho sap tot i ho comprèn tot, que t'ajudi a veure les coses bones dels altres; que t'ensenyi a passar per alt allò que, senzillament, tenen d'humà, perquè la majoria dels pecats són deguts molt més a la feblesa que a la malícia. Demana-li a Crist que t'ajudi a donar als altres almenys la justa oportunitat de defensar-se.

NOMÉS DÉU POT JUTJAR LES PERSONES

El millor remei contra l'hàbit de jutjar els altres és acostumar-te a pensar en la teva culpa i en les teves faltes davant Déu sempre que tinguis la temptació de jutjar la culpa d'un altre. Si recordes els teus pecats amagats del passat, et sentiràs agraït del fet que els altres no els coneguin, i seràs benèvol i generós quan els jutgis. Sant Pau diu: «*Tu, doncs, per què judiques el teu germà? I tu, per què el menysprees? Tots hem de comparèixer davant el tribunal de Déu*»⁵.

Només quan tot l'amor i la gràcia de Déu hagin estat incapaços de triomfar sobre l'home injust i, per aquest motiu, aquest es vegi privat d'ells, només aleshores Déu jutjarà que ha arribat el moment d'apartar-lo de si amb menysteniment.

⁴ Cf. 1Co 4, 3-4.

⁵ Rm 14,10.

Mentre tot un Déu, en la seva santedat, espera i retarda el judici, la nostra ment sempre està disposada a dir que no es pot continuar respectant un home així. Mentre Déu retarda la seva sentència, ja fa molt que nosaltres l'hem condemnat.

«*De legislador i de jutge n'hi ha un de sol: el qui pot salvar o pot fer perdre. Però tu, qui ets per a judicar els altres?*»⁶. Qui ets tu per a condemnar ningú? Tot i que potser no comparteixes amb ell aquestes febleses, no estàs lliure de fragilitat. Com més profundament miris al teu interior, amb més claredat advertiràs el teu pecat. David pregava així: «*Tu saps que he nascut en la culpa, que la mare m'engendrà pecador*»⁷. Un cop et coneguis tu mateix, perdràs el desig de jutjar els altres.

FES UNA INTERPRETACIÓ FAVORABLE DE LES OBRES DELS ALTRES

La justícia i la caritat exigeixen, a banda d'evitar jutjar els actes dels altres, interpretar-los de la millor manera possible. Només el judici de Déu sobre algú és just, perquè només Ell té coneixement, certesa i misericòrdia perfectes. Déu és misericordiós pel fet de ser omniscient. Tu has d'imitar Déu i aprendre a interpretar els motius i els actes dels altres benèvolament per a poder assolir el perfecte amor al proïsme. L'amabilitat de les interpretacions és imatge de la

⁶ Jm 4, 12.

⁷ Sl 51,7.

compassió del Creador, que disculpa les seves criatures. Per això, l'amabilitat en els judicis és l'autèntica saviesa, perquè imita la de Déu.

No et diu l'experiència que, quan interpretes favorablement, gairebé sempre encertes molt més que quan jutges temeràriament? ¡Quantes vegades t'has equivocat en jutjar els altres! Hi ha quelcom que et sembla evident com la llum del dia. Només pot tenir un significat. Et formes un judici contrari a la caritat i se't desvetlla una justa indignació. I, de sobte, et trobes amb una altra explicació diferent i molt senzilla: tan senzilla que et preguntes com no se't va ocórrer a tu⁸.

No et costaria tant ser sant si poguessis veure el caràcter del proïsme amb bons ulls. Naturalment, seria poc realista conrear la ceguesa davant el mal, però el que et toca practicar és molt més noble i veraç que la rapidesa per a detectar el mal.

És molt difícil adquirir el costum de jutjar els altres amb amabilitat. De fet, això no s'acostuma a assolir fins que no s'ha avançat molt en la vida interior. Els sants, a imitació, de Jesús, han estat especialment misericordiosos i han procurat per tots els mitjans protegir la reputació del proïsme. Tu has de seguir les seves passes.

8 Cf. Faber, *Spiritual Conferences*, p. 29.

ELS PREJUDICIS I LA INTOLERÀNCIA SÓN ENEMICS DE LA CARITAT

Si – tot i que encertes molt poc, i l'obstinació et fa persistir en els teus judicis – insisteixes a jutjar temeràriament, estàs començant a conrear un vici que és alhora un trastorn de la teva ment: el prejudici. Quan prejudges, mai no cerques la raó del teu rebuig en tu mateix, sinó que culpes d'ell als altres. Si els teus prejudicis s'estenen a grups més amplis de persones i aixeques entre ells i tu una mena de mur de rancúnia, pateixes els efectes d'un verí molt perillós que es diu intolerància.

En una ment intel·ligent, no sols oberta, sinó també amb set de justícia i d'imparcialitat, no n'hi caben de trastorns com el prejudici i la intolerància, que només duen a judicis, rebuig i odis mal orientats. Per això les persones amb prejudicis, a més de no parlar mai bé dels qui no els agraden, tampoc no són capaços, en la seva estretor de ment, de pensar bé d'ells, ni dels individus ni dels col·lectius.

El prejudici i la intolerància actuen com boires que, en el teu viatge pel món, enfosqueixen el millor de totes les realitats bones i plenes de glòria que et trobes en el camí. En exclouren la veritat, fan l'ànima mesquina.

Si t'enfrontes a aquesta mena d'obstacles, recorda el següent:

- *No permetis que l'orgull enteli la teva mirada.* Sentir-se superior al proïsme per tenir un estrat social, una educació o una salut millors, és un error estúpid: potser demà serà a l'inrevés.

I, encara que això no passi, és possible que, malgrat tots els seus defectes, el proïme agradi molt més que tu al Senyor.

- *Recorda els teus propis defectes.* És probable que tu tinguis un defecte per cada un dels que té aquell amb qui no t'avors. No jutgis, doncs.

- *Valora allò que diferencia les persones.* Déu ha tingut bones raons per fer les persones i les famílies ben diferents, i una d'elles és que tots tinguem oportunitats per a practicar la virtut de la caritat. És fàcil ser caritatiu a distància. Però on la caritat es prova realment és en la relació propera. El Senyor, tot i sabent que el proïme t'incita a no ser caritatiu, insisteix: «*Estimeu els vostres enemics, feu bé als qui us odien*»⁹. Interpreta al peu de la lletra el seu manament i segueix-lo valent: «*Estima els altres com a tu mateix*»¹⁰.

- *Recorda el teu deure de cristià autèntic.* Potser les teves emocions i sentiments et duen a inclinar-te pel rebuig o ressentiment envers una determinada nació o raça, però no et deixis governar per aquests sentiments. Quan parlis, no esmentis amb menyspreu les persones d'una altra nacionalitat i procura amb les teves obres exercitar amb elles l'autèntica caritat.

Els prejudicis es superen amb benvolença. Hem de recordar que tots som fills de Déu. Si de veritat ho desitges, pots fer molt per eliminar friccions a la teva família i entre els teus amics. I el que és més important: demostraràs que tens dret a anomenar-te cristià, que significa tenir

9 Cf. Lc 6,27; Mt 5, 44.

10 Mt 22, 39.

Crist per germà teu i de totes les criatures humanes, sigui quina sigui la seva nacionalitat.

3. COMBAT TOTA FORMA D'AVARÍCIA

El desig de tenir coses i l'hàbit d'aplegar béns formen part de l'amor natural a un mateix que Déu ha posat en nosaltres. Són virtuts naturals que se'ns han donat per tal que puguem assegurar-nos l'existència i el benestar. No hi ha res intrínsecament dolent en els esforços de l'home per a obtenir riquesa.

L'objectiu de l'avarícia és semblant, però els mitjans són perversos. L'avarícia – o cobdícia – és el desig immoderat de béns mundans: trepitja els rivals, explota els treballadors i no coneix altre criteri de conducta que l'èxit. Representa un seriós obstacle per a estimar el proïsme. Per això la teva ànima ha de vigilar i rebutjar tot pensament o desig inspirats per ella.

L'avarícia roba a l'home l'amor al proïsme. Qui cau sota el seu domini no triga gaire a tornar-se desconsiderat i sense compassió, i li manca generositat i amor envers els altres, que veu com un obstacle en el camí per a obtenir més riquesa.

També roba a les persones l'amor a Déu. No es pot servir dos senyors, Déu i les riqueses¹. El desig desmesurat de béns materials comporta

¹ Cf. Mt 6, 24.

l'oblit de Déu. L'avarícia acaba arrabassant a l'home tot allò que en veritat podria anomenar seu, i el despulla de la seva única riquesa: els tresors de la seva ànima. A l'hora de la mort, no li restarà res del que li ha procurat l'avarícia, perquè els béns només li han estat prestats.

L'avarícia és la causa de molta infelicitat. La veritable alegria ve de la felicitat que trobem en Déu, i no en les coses terrenals.

Quan Jesús diu: *«Estigueu alerta, guardeu-vos de tota ambició de riquesa, perquè, ni que nedi en l'abundància, la vida d'un home no prové pas dels seus béns»*², no es refereix tant al amor als altres com al recte amor a nosaltres mateixos. Per això, en invitar al jove ric a vendre tots els seus béns i donar-ho al pobres per fer-se un tresor al cel³, el que té present és la seva ànima. *«No estimeu el món ni res del que hi pertany»*, diu sant Joan. *«Si algú estimava el món, no tindria l'amor del Pare. Perquè allò que pertany al món – la concupiscència de la carn, la concupiscència dels ulls i les ostentacions – no ve del Pare, sinó del món. El món i els seus desigs passen, però els qui fan la voluntat de Déu viuen per sempre»*⁴.

Si hi ha al teu cor un germen d'avarícia, demana-li al Senyor la gràcia d'eliminar-lo i que, en el seu lloc, ompli la teva ànima d'un ardent desig de les coses de Déu, que l'enriquirà i et guanyarà una recompensa eterna.

² Lc 12,15.

³ Mt 19, 21.

⁴ 1Jn 2, 15-17.

L'ENVEJA ÉS LA TRISTESA CAUSADA PER LA FELICITAT ALIENA

L'enveja, que enfonsa les seves arrels en la supèrbia i la vanitat, és la tristesa provocada per la sort d'altres quan tu no la tens. Aquesta apropiació indeguda de l'honra, l'estima, la posició, el poder, i tot el que duu a ells – diners, talent, educació, personalitat i fins i tot gràcia de Déu – poden ser motius d'enveja. Ets envejós si permets que la teva frustració t'amargui i et faci ser desagradable, o si et mou a conspirar en contra dels qui et superen. La llei natural i el desè manament - «No desitjaràs els béns del proïsme» - van contra aquesta tendència de la naturalesa humana caiguda.

«*El qui estima no té enveja*»⁵, diu sant Pau, i per a sant Agustí l'enveja és un pecat monstruós. Sant Tomàs sosté que pot ser pecat mortal, o només venial si hi ha matèria lleu o no és deliberat. Tanmateix, la recança que provoca l'èxit aliè no sempre és dolent: el factor determinant és el motiu que el produeix. Es tracta d'una recança justificada si una persona influent, obertament hostil a l'Església, ocupa una posició de poder i en fa mal ús de la riquesa.

L'enveja és el contrari de la caritat en el pensament, els sentiments, els desitjos i la conducta. Com a membres del Cos Místic de Crist, hem d'ajudar-nos i recolzar-nos, cosa que l'enveja fa impossible.

⁵ Cf. 1Co 13, 4.

L'amor s'alegra del bé allà on sigui; l'enveja és la tristesa causada pel bé: veure la felicitat dels altres fereix la mirada i el cor de l'envejós. L'amor desitja donar i l'enveja rebre. L'amor crea, l'enveja anihila. L'amor basteix, l'enveja destrueix. L'amor ajuda a qui ho necessita, consola l'afligit i lluita per a convertir en bo tot el que és dolent; l'enveja transforma l'escassa felicitat d'aquest món en mal, en recança i dolor.

L'alegria venjativa i ressentida causada per la malastrugança aliena va gairebé sempre acompanyada de l'enveja. Res de tot això procedeix del nostre Pare del cel, que és bondat infinita i que només pot alegrar-se del bé. La satisfacció per la desgràcia aliena té el seu origen en el dimoni el qual, en la seva pregona misèria, no coneix altra plaer que el nostre dolor.

ELS IMMENSOS EFECTES NOCIUS DE L'ENVEJA

En general l'enveja trasbalsa la vida en comú. Posa el fill contra el pare, al germà contra el germà, el proïme contra el proïme i una nació contra una altra. Destruïx la fraternitat, mina les relacions de negocis i posa traves a la reconciliació. És una de les fonts principals de malentesos, crítiques, odis, venjances, calúmnies, i d'atacs perversos a la vida privada.

L'enveja i l'avarícia, d'on neixen els conflictes i les guerres, són pecats contra la caritat perquè ens fan anar al darrere del que pertany a un altre.

Sovint ens duen a desitjar allò que no és nostre perjudicant el proïsme.

Però les seves conseqüències més nocives afecten el propi envejós. De totes les passions és l'única que només proporciona dolor i no dona cap recompensa. En comptes de ser gratificant con la luxúria o la supèrbia, acreix la misèria. És com un cuc que corca la pau de l'ànima i la salut del cos. Empitjora el caràcter omplint el cor d'abaltiment. Fa tornar les persones malfiades, injustes i suspicaces, i fa les seves víctimes malhumorades, tristes i inaccessibles.

On es reconeix més clarament és en la caiguda dels àngels, expulsats del cel per envejar Déu. El llibre de la Saviesa diu: «*La mort ha entrat al món per l'enveja del diable*»⁶. Els nostres primers pares varen ser víctimes de l'enveja de Lucifer.

Fou també la causa de la primera mort de la història de l'home. Imagina el terror d'Abel en contemplar el seu germà, amb el rostre desfigurat de l'envejós, a punt de clavar-li el cop mortal⁷, i el dolor d'Eva davant el fill ensangonat jaient als seus peus. O pensa com la trista enveja del rei Saül omplí d'angoixa persistent la vida del jove David⁸.

6 Sv 2, 24.

7 Cf. Gn 4, 8.

8 Cf. 1S 18, 8-9.

LA GELOSIA ÉS UNA FORMA D'ENVEJA

La gelosia implica el temor a ser desplaçats per un rival o veure'ns privats d'allò que és nostre per dret, o que ens pensem que ens pertany.

És una forma d'enveja: afecta el que posseïm, mentre que l'enveja rau en el que altres tenen. Ens fa sentir-nos agreujats per la intrusió en allò que és nostre i ens disposa a la revenja pel menyspreu als nostres drets i reivindicacions.

La gelosia va un pas més enllà de l'enveja: no només intenta rebaixar la bona opinió que altres gaudeixen i critica els qui reben lloances, sinó que a més té un amor excessiu pel nostre bé personal i ens duu a témer veure'ns privats d'ell. Prefereix que no es faci el bé abans que perdre un boci de lloança.

RECONEIX ELS EFECTES DE LA GELOSIA

L'arrel de la gelosia és la supèrbia: d'aquí que es pugui convertir en camp assaonat on creixin altres vicis. L'odi, que té com a fruits la calúmia, la difamació i els judicis temeraris, neix de la gelosia, que fomenta també la maledicència i es converteix en un instrument capaç de malmetre la fama i reputació alienes.

La gelosia pot dur l'home a excedir-se en la feina, l'ambició i la recerca de riqueses, i fins i tot de valdre's de mitjans dubtosos per tal de superar els seus rivals. Per això la lleialtat i la justícia són les seves víctimes. Mentre no trobi satisfacció, no hi ha pau a l'ànima: només angoixa i dissort.

Tant els jocs d'habilitat com els d'atzar poden fer palesos alguns trets del teu caràcter. L'actitud positiva quan perds, amb una caritat i humilitat no fingides, són indicis de la teva força de voluntat i del teu domini de la supèrbia i les passions. Si ets mal perdedor, manifestes la feblesa de la teva voluntat fent retrets al guanyador, o culpant del fracàs la teva parella, el teu equip o un espectador innocent, mostrant el desgrat i el teu mal humor.

El bon perdedor sap que els jocs serveixen per a entretenir-se i gaudir, i no s'han de prendre massa seriosament les victòries ni les derrotes. I, sobretot, sap que, si la roda de la fortuna li treu la pau o el duu a ser desagradable amb els altres, l'objectiu del joc ha fracassat. També s'adona que de vegades a la humilitat li convé perdre i estar agraït del bé espiritual que es deriva de la derrota.

LA GELOSIA NO SEMPRE ÉS PECAT

La gelosia no és necessàriament dolenta, és legítima quan es tracta de defensar els teus drets, si està ben dirigida i es manté dins els justos límits, pot ser fins i tot un deure. No és dolent ser zelós dels nostres drets i de la nostra autoritat quan ens corresponen. Tens obligació de protegir la teva llibertat de culte i els teus drets com a ciutadà d'una nació lliure, així com el d'educar els joves en els principis de la fe. S'ha de tenir zel en la cura d'aquests i altres drets semblants.

Quan als teus drets privats en el pla natural, l'autenticitat i la bellesa de la caritat es manifesten renunciant a ells no només desinteressadament, sinó amb generositat i fins i tot amb molt de gust. Et serà profitós renunciar per caritat a allò que t'és degut. Jesús digué: «*Doncs jo us dic: No us hi torneu, contra el qui us fa mal. Si algú et pega a la galta dreta, para-li també l'altra. Al qui et vulgui posar un plet per quedar-se el teu vestit, dóna-li també el mantell. Si algú t'obliga a portar una càrrega durant un quilòmetre, acompanya'l dos quilòmetres. Dóna a qui et demana; no et desentenguis del qui et vol manllevar*»⁹.

«*Que no miri cadascú per ell, sinó que procuri sobretot pels altres*» i «*que tothom us conegui com a gent de bon tracte*»¹⁰, diu sant Pau. La renúncia és la virtut per la qual t'avens de gust a no reclamar tot allò que estrictament et pertany. Sant Pau ens recorda que el mateix Crist renuncià als seus drets: «*es va fer no res: prengué la condició d'esclau i es féu semblant als homes. Tingut per un home qualsevol*»¹¹.

LA VANAGLÒRIA ÉS L'AMOR DESORDENAT A UN MATEIX

La vanaglòria és una manifestació de l'enveja i la gelosia i, per tant, un obstacle per a l'amor fratern. És la sobreestimació d'un mateix.

⁹ Mt 5, 39-42.

¹⁰ Cf. Flp 2, 4; 4, 5.

¹¹ Flp 2,7.

L'envaniment i la valoració exagerada de les pròpies facultats, de la posició social, del saber, o el talent, de les aptituds i la traça. L'amor propi constitueix una inclinació tan forta que pot arrossegar-te fins al punt d'amargar-te la vida i fer-te molt desgraciat.

Sant Pau la considera un obstacle per a l'amor fratern. «*L'amor... no és altiu ni orgullós; no és groller ni egoista*»¹². Qui es deixa governar per la vanaglòria desvetlla el ressentiment dels altres. El qui cau en l'error d'impressionar els altres amb una grandesa buida es converteix en víctima de l'enveja.

Procura descobrir com la vanitat espatlla allò de bo que tens; com tendeix a fer-te fals, infeliç i ridícul davant els altres, i a deteriorar el teu caràcter. Els favors i regals immensos que has rebut de Déu són immerescuts. Per tu mateix no tens res més que el pecat. Lliurat a la teva sort series només un esclau de les teves passions. En realitat, allò que tens de bo ho deus a l'acció de la gràcia. Per això, la humilitat i la gratitud haurien de ser naturals en tu.

Crist no va cercar l'estimació ni la lloança dels homes, sinó la glòria del Pare. Amb la seva forma de vida es guanyà dures crítiques i l'odi implacable del seu poble. Només una veritable humilitat fou capaç de superar aquesta prova de virtut. «*Tampoc el Crist no va buscar res de complaent. Ben al contrari! Tal com diu l'Escriptura: He rebut els insults dels qui t'ultratgen*»¹³, diu sant Pau.

¹² Cf. 1Co 13, 5-6.

¹³ Rm 15, 3.

No cerquis l'estimació ni el reconeixement dels homes: cerca l'estima de Crist mitjançant l'ús humil dels dons que t'ha concedit. Aquesta és la veritable estimació que desitjaràs a l'hora de la mort. Diu el salmista: «*No ens donis a nosaltres la glòria, no ens la donis, Senyor; dóna la glòria al teu nom*»¹⁴.

APRÈN A COMBATRE L'AVARÍCIA, L'ENVEJA I LA GELOSIA

Demana a l'Esperit Sant la gràcia que necessites per a superar les petites gelosies i les manifestacions de vanitat que entelen l'esclat de la teva caritat.

Els pecats d'enveja, gelosia i vanaglòria neixen de la supèrbia i l'avarícia, i provenen de l'amor propi ferit o d'una exagerada autoestima. Són passions que es manifesten a diari en les relacions humanes i exerceixen una enorme influència sobre els desitjos de l'home; transformen els seus sentiments i dominen la seva conducta. Són responsables de molts pecats contra la caritat i de molts neguits dels cors.

El senyal de l'autèntic cristià consisteix a estimar Déu i el proïsme com a un mateix. L'avarícia, l'enveja i la gelosia alimenten l'odi, no l'amor; per això no hi caben en qui segueix Crist. En paraules de sant Pau, «*no siguem arrogants, provocant-nos i envejant-nos els uns als altres*»¹⁵.

¹⁴ Sl 115, 1.

¹⁵ Ga 5, 26.

Els suggeriments que segueixen poden ajudar-te a evitar l'avarícia, l'enveja i la gelosia:

– *Recorda que el principal objectiu de la vida és salvar l'ànima per al cel.* Les coses materials s'han de fer servir com a mitjans per assolir aquesta finalitat, i mai no has de permetre que siguin un obstacle en el teu camí vers ell. «*busqueu primer el Regne de Déu i fer el que ell vol, i tot això us ho donarà de més a més*»¹⁶.

Actua amb diligència per augmentar la gràcia de Déu i la pau de la teva ànima. En el regne de la gràcia, que no té límits per a ningú, no hi ha motius per a l'enveja. En quina mesura arribis a posseir aquesta gràcia depèn només de tu.

– *Sotmet la teva voluntat a la de Déu.* Ell ha imposat als homes les seves lleis de justícia i caritat per tal que puguin treballar plegats i compartir harmònicament els béns de la terra. Però permet que alguns pateixin desigualtats, injustícies i fins i tot persecucions, mentre que d'altres – de vegades també els malvats – els deixa prosperar, i això no és senyal del seu favor. Per evitar l'avarícia i l'enveja, has de descobrir en tot això la voluntat permissiva de Déu, que es troba governada per la seva saviesa i amor.

Acostuma't a conformar-te amb el que Déu t'ha donat i no intentis convertir-te en allò que no ets. Domina les teves ambicions i no cerquis honors que no et corresponen. No persegueixis allò que Déu potser no vol que tinguis.

– *No t'acovardeixis mai en el combat contra l'enveja.* És rar trobar un cor que algun cop no es

16 Cf. Mt 6, 33.

vegi temptat per ella. L'ànima generosa pateix la humiliació de sentir-la bullir en l'interior procurant entelar la visió. No t'estranyis si detectes l'intent d'influir en els pensaments, paraules i obres. Pot ser que percebis d'alguna manera la teva inclinació natural a alegrar-te del fracàs del proïsme i a entristir-te davant els seus èxits. Que aquesta temptació et serveixi per conrear, amb el teu autodomini, les virtuts de la generositat i la caritat. Com més lluitis per combatre les temptacions de l'enveja, més fondes seran les arrels de la caritat en el teu cor.

Enforteix la teva resistència davant l'avarícia, l'enveja i la gelosia menyspreant-les. Trepitja qualsevol sentiment d'enveja. Aparta de la teva ment tot pensament envejós.

– *Imita les bones qualitats que veus en els altres en lloc de plànyer-te'n.* Tingues prou seny per a comprendre que les qualitats alienes no perjudiquen les teves. Si el teu proïsme sobresurt en alguna cosa, es probable que sigui mediocre en allò que tu destaqués. Els homes no som iguals. Déu ens ha donat una gran varietat de talents i aptituds. Seria absurd que l'enveja i la gelosia fessin minvar l'esclat d'allò que se'ns ha concedit a cadascun.

Imitar les qualitats alienes t'ajudarà a esforçar-te per superar altres en saviesa, en virtuts i fins i tot en santedat, i cercar el reconeixement no per a tu, sinó per al bé de l'Església i de les ànimes. La gelosia no és el mateix que una sana emulació, que té un objectiu recte, vàlida en els motius, i neta en els seus mitjans. L'Església mateix ens presenta els sants com a models de virtut per tal

que puguem imitar-los i sant Pau invita els romans a imitar-lo en el seu amor a Crist: «*Sigueu imitadors meus, com jo ho sóc de Crist*»¹⁷.

– *Sigues amable amb la persona que desperta la teva enveja.* Només l'amor pot arrencar l'enveja de la teva ànima: un amor més fort que aquell que portà la mort al món, més fort que la maligna alegria que et produeixen les dificultats del proïsme. «La caritat... no s'alegra de la mentida»¹⁸, diu sant Pau.

Parla sempre bé de la persona que enveges. Lloa les seves bones qualitats. No refereixis d'altres trets de la seva vida menys positius ni els comentis. Defensa-la segons et dicti la prudència i excusa-la en la mesura que puguis.

Alegra't en Crist quan els altres són beneïts amb talents, dons, èxits i honors. Tots som membres del Cos Místic de Crist: les qualitats d'una part d'ell redunden en benefici de la resta de les parts. Prega molt per l'èxit dels seus projectes i agraeix a Déu el bé que fan. Deixa que la caritat t'inspire una pregària per a conservar la seva bona sort i que el guardi de tot mal. Una pregària així doblegarà el poder de l'enveja i esvanirà la alegria maligna del teu cor.

– *Estigues a prop de Crist* amb una pregària perseverant i la recepció freqüent dels sagraments de la Penitència i la Sagrada Comunió, canals habituals per on ens arriba la gràcia. Només si comptes amb l'ajuda de Déu brollaran del teu cor judicis rectes en aquestes

17 1Co 11, 1.

18 Cf. 1Co 13, 6.

circumstàncies. Si et separen d'Ell, de mica en mica t'aniràs lligant més a les coses d'aquest món, seràs víctima fàcil dels vicis de l'avarícia i l'enveja.

Un cop aquest defecte s'ha apoderat de nosaltres, costa molt desarrelar-lo per la nostra ceguesa – que és conseqüència de l'enveja – i de la nostra resistència a admetre, fins i tot per nosaltres mateixos – una culpa que tothom condemna. Es tracta d'un mal difícil de superar, però per a la gràcia de Déu res no és impossible. Posa tota la teva confiança en Ell i rebutja tot seguit qualsevol temptació d'enveja, avarícia o gelosia. Demana la gràcia de desitjar sempre la prosperitat de les obres dels altres.

4. CONTROLA LA IRA DESORDENADA

La ira és un sentiment desordenat de desgrat davant d'un greuge real o hipotètic que fa desitjar el càstig de l'ofensor. La teva ira és desordenada quan la correcció o la pena que apliques són motivades per la passió o la fúria. Pot ser, per exemple, que diguis unes paraules aspres no per corregir o ajudar, sinó per revenja; o pot ser que prenguis represàlies enutjant-te i amb rancúnia.

La teva ira és desordenada quan els teus mètodes – insults, paraules grolleres, crits o crueltat – no són rectes, sinó pecat, i fan més mal que no pas bé.

Potser no acostumes a deixar-te dur per la ira amb els estranys, els coneguts o els amics, però sí amb la teva família, a la qual estàs unit amb els lligams més sagrats d'aquesta vida. Pequen els pares quan corregeixen els fills insultant-los, quan imposen càstigs que traspassen els límits raonables, i quan els escridassen per atemorir-los. Acompleixes amb el teu deure de corregir els altres només si et mou la raó i no la passió, i si l'objectiu de les teves paraules i actes no és ferir, sinó ajudar a qui corregeixes.

La teva ira és desordenada si corregeixes o castigues quan no estàs en posició de fer-ho. De vegades la convertim en un mètode de defensa, com quan som culpables de faltes greus i la nostra ira esclata contra els altres amb intenció de desviar l'atenció.

La ira, que és una alteració dels sentiments violenta i destructiva per naturalesa, és enemiga de la caritat. Poques vegades ets tan injust amb el proïsme com quan t'enfades sense aturar-te a pensar si aquell atac et fa incórrer en una falta.

La ira és una injustícia i, sovint, una injustícia inconscient contra Déu, bondat infinita. Per això, qualsevol falta de caritat que comet un home irat és també una falta d'amor a Déu, ja que qualsevol ofensa al proïsme és una ofensa a Déu.

Si no hi ha injustícia que no mereixi el càstig de Déu, pot dir-se que el nostre càstig comença en el moment que ens deixem dur per la ira. El rostre estrefet revela el patiment de l'home dominat per ella. A més de l'aparença ridícula, les teves paraules i obres, et fan mal a tu i a la teva salut; et fa tornar desgraciat i infeliç, enfosqueix el teu enteniment i et fa incapaç d'un judici recte.

Amb ella pots destruir la pau d'un dia serè, ferir qui més estimes o trencar una noble i llarga amistat. Et pot empènyer a proferir insults que t'obligaran a disculpar-te. Pot posar-te en evidència, fer anar en orris molts beneficis materials i fins i tot arruïnar el teu prestigi. Molta gent s'ha passat tota una vida planyent-se del mal causat per un moment d'ira. Podem imaginar uns retrets encara més amargs durant tota l'eternitat?

LA IRA POT SER PECAT VENIAL O MORTAL

La ira és un pecat *mortal* si els teus sentiments de disgust deriven en passió i escapen al control de la raó. El pecat mortal consisteix en el desig

deliberat d'infligir un perjudici greu a algú o de veure'l greument perjudicat. «*El qui s'irriti amb el seu germà serà condemnat pel tribunal*»¹, diu Jesús.

La ira és un pecat *venial* si la causa una ofensa fortuïta, si la teva queixa va contra l'ofensor i no contra l'ofensa o si t'indueix a infligir un càstig excessiu. La majoria de la gent no desitja un mal greu a qui ha provocat la seva ira: només el suficient per a satisfer el seu urc i egoisme.

En el nostre cas, el que sovint estem més obligats és a refrenar i controlar són les manifestacions petites d'ira. És probable que tinguis tendència a la impaciència davant les faltes insignificants dels qui t'envolten.

La irritabilitat és una feblesa de caràcter per la qual ens permetem ser antipàtics, esquerps, i mal educats amb els altres perquè ens molesten sense voler, i la manifestem tot i que encara no hagin dit ni fet res que pugui ser una ofensa.

Si ets irritable, cercaràs falses excuses per a la teva feblesa. Diràs que és culpa dels nervis, de la tensió alta o baixa, de l'insomni, del dolor d'estómac o les preocupacions i responsabilitats: excuses que no són més que façana. La irritabilitat suposa manca d'autodomini i incapacitat per a controlar els sentiments quan la caritat ho exigeix. És senyal d'un caràcter immadur. Si tens facilitat per a l'enuig i a ser antipàtic sense una raó aparent, has d'enfrontar-te al fet que penses massa en tu mateix. Al cap i a

¹ Mt 5, 22.

la fi, els teus sentiments no són el més important de la vida.

La majoria de les formes com es manifesta la ira solen ser pecat venial, però això no ha de minvar el teu desig de superar-la. Aquests pecats venials, si no vigiles, et duran al pecat mortal i poden destruir completament la felicitat d'una llar i la pau que hi ha d'haver entre els homes.

LA IRA NO SEMPRE ÉS PECAT

Existeix una ira legítima: que és imatge de la ira de la justícia divina. Si la teva ira només es desperta davant d'una falta greu i evident d'un altre, i si, actuant com a instrument de la ira divina, castigues en exacta proporció l'ofensa. Pot convertir-se en una justa indignació. En paraules de Jaume: *«heu de ser promptes a escoltar i lents a parlar o a irritar-vos. L'home que està irritat no obra segons la justícia de Déu»*². Jaume ens adverteix en contra de la ira, però no diu que no hàgim d'enfadar-nos mai, sinó que hem de ser «lents a irritar-nos».

La ira pot estar justificada. El Senyor no va dubtar a agafar un fuet i foragitar del Temple els venedors que havien convertit la casa de Déu en un mercat³. Si una mare, no per treure a fora el verí de la seva còlera, sinó per una responsabilitat moderada per l'amor, s'enfada i condueix la seva ira castigant un fill, no ha perdut, sinó que ha guanyat el favor de Déu.

² Jm 1, 19-20.

³ Cf. Jn 2, 14-16.

Però no oblidis que és fàcil exagerar la culpa del proïsme, especialment quan amb la seva conducta ha actuat en perjudici no tant dels interessos de Déu com dels teus. En aquestes circumstàncies, la teva ira pot portar-te a pecar contra la injustícia i la caritat.

Alleujarà la teva consciència saber que existeix una diferència entre el *sentiment* d'ira i el *pecat* d'ira. Més d'una vegada sentirà l'enuig o la impaciència provocats per un altre, o et veuràs temptat a respondre amb acrimònia, o t'arrossegat a la rancúnia. Aquests sentiments no són pecat si evites que es manifestin en la teva conducta exterior i no permetes que et duguin al desig deliberat que altres pateixin un mal: només podràs controlar-los mitjançant el domini de tu mateix i la gràcia de Déu.

Hi ha una diferència entre el pecat d'ira i l'intent raonable i enèrgic d'esmenar els qui es troben sota la teva autoritat i influència quan els cal ser corregits. No peques si estàs disgustat, però no desitges ferir; si, malgrat el teu desgrat davant d'una falta, intentes dominar-te o cerques castigar el dany d'una manera raonable. Tot i això, aquesta ira neix de l'orgull, l'enveja i la gelosia.

VENÇ LA TEVA IRA AMB LA MANSUETUD

Essent mansuet es venç la ira. El Senyor ha dit: «*Feliços els humils: ells posseiran la terra!*»⁴. La

⁴ Mt 5, 5.

mansuetud no significa de cap manera feblesa, per a ser mansuet cal la fortalesa de Déu.

A la *Introducció a la vida devota* diu sant Francesc de Sales: «Qui posseeix la mansuetud cristiana és afectuós i tendre amb tothom; està disposat a perdonar i excusar les febleses dels altres; la bondat del seu cor es manifesta en una afabilitat dolça en les seves paraules i obres, i ho veu tot de la forma més amable i caritativa. Mai no es permet parlar amb duresa, i menys encara amb aspror o arrogància. El seu tarannà reflecteix sempre una serenitat afable i es distingeix de les persones violentes de mirada irada que només saben dir que no, o que, quan concedeixen quelcom, ho fan de mala gana perdent tot el mèrit en atorgar el favor»

Sant Francesc de Sales ens ha deixat també aquest consell pràctic com a remei contra la ira: «Un mitjà molt important per adquirir la mansuetud interior consisteix a acostumar-nos a fer totes les nostres obres o a pronunciar les nostres paraules, siguin o no rellevants, fluixet i amb suavitat. Multiplica aquests actes tant com puguis quan estiguis serè i acostumaràs el teu cor a la mansuetud».

No et permetis mai de cedir a la passió ni obris les portes a la ira sota cap excusa. Perquè, un cop hagi aconseguit entrar, ja no podràs expulsar-la ni moderar-la.

Hi ha tres remeis contra la ira:

- *La distracció*: domina tot seguit la teva ira posant l'atenció en una altra cosa i resta en silenci.

- *La pregària*: imita els apòstols quan els va sorprendre la tempesta enmig del mar⁵ i ves a Déu, perquè només Ell és capaç de restablir la pau de l'ànima.

- *El contraatac*: si notes que la ira ja s'ha apoderat del teu cor, fes tot el que puguis per recuperar les bones formes. Després procura tractar humilment i amable la persona que ha provocat la teva ira. Fes-ho amb delicadesa, perquè és de vital importància no reobrir les ferides.

Si ets d'aquestes persones en les quals el pecat original es manifesta en el verí violent de la irascibilitat, tracta d'entendre que en el món hi ha més irreflexió que maldat. Els altres no desitgen ofendre't expressament i amb mala intenció. Tots actuem de vegades de forma inconscient i no ens adonem que les nostres obres o paraules feriran l'altre. Per això molta gent no sap ni tan sols per què t'enfades. Probablement coneixeràs vells amics que han discutit per un assumpte insignificant que es podria haver resolt molt bé pacíficament.

L'arrogància de la vida que sant Joan denuncià com una de les tres arrels del mal en aquest món de vegades es manifesta en la teva vida com impaciència o irritació contra els qui t'envolten. És probable que sigui un defecte del teu caràcter que et resulta molt fàcil excusar i fins i tot defensar.

No disculpis ni justifiquis les teves rauxes com si res, dient: «Si la gent em fa enfadar, no tinc

⁵ Cf. Mt 8, 24-25.

cap culpa del que digui o faci». Això voldria dir que la teva culpa és doble, perquè saps per endavant quan i com t'assalta la temptació. Potser t'excuses així: «M'acostumo a enfadar sovint, però no ho puc evitar». El que estàs dient és que et trobes tan afeccionat al teu defecte que et negues a fer l'esforç per dominar-lo, o que ets massa fluix per vèncer aquest hàbit.

Si vols fermesa de caràcter, no pactis mai amb els teus defectes. Admet-los humilment i, cada vegada que caiguis renova la determinació de superar-los amb l'ajuda de Déu. Les faltes provocades pel mal caràcter acostumem a disculpar-les amb facilitat.

És molt difícil exercir un control total sobre la passió de la ira. Si el teu temperament t'inclina vers ella, hauràs de lluitar tota la vida contra aquesta tendència d'empipar-te impetuosament quan et contrarien: no cedeixis al descoratjament per molt que tornis a caure.

Has d'esforçar-te incansablement per assolir l'ideal de l'autodomini, que significa guardar silenci en moments de provocació i no actuar mentre estiguis alterat. La gràcia de Déu és capaç de fer-te fer el que la feblesa no et deixa. Aquesta gràcia te la garanteixen els sagraments i la pregària. En la confessió i després de la Sagrada Comunió, demana-li a Jesús que t'ajudi a controlar el caràcter. Quan sentis la temptació de la ira, repeteix la jaculatòria: «Jesús, mansoi i humil de cor, dóna'm un cor semblant al teu». Si no has aconseguit dominar-te, penedeix-te de seguida de la teva falta i digues: «Jesús meu, misericòrdia!». La gràcia de Déu et farà capaç de

ser mansuet i dolç, com el Senyor, i, seguint el seu exemple, heretaràs la terra. Cada victòria t'ajudarà a contenir l'impuls de la passió i de les emocions. Si aquests impulsos estan disciplinats poden fer coses grans.

Per què no tries una persona o una situació que et fan enfadar sovint? Practica amb ella sola. Pensa-hi abans com l'hauràs d'afrontar. Passi el que passi no perdís el control davant d'aquesta persona o en aquesta situació; i, si fracasses, confessa la teva falta amb sinceritat. De mica en mica aniràs descobrint que tot el teu dia es va omplint d'un sentiment de control, en la teva vida de família i amb els qui tractes.

El Senyor t'anima a aprendre la mansuetud d'Ell, que és mansuet i humil de cor⁶; aprèn d'Ell no pel fet de ser exemple de perfecció en la fortalesa, la templança i en altres virtuts, sinó de ser mansuet.

Santa Margarida Maria⁷ explica els efectes de la mansuetud: «La virtut de la mansuetud et farà indulgent amb el proïsme, a qui disculparàs, duent amb caritat i en silenci tot el dolor que pugui causar... Si vols ser deixeble del Sagrat Cor de Jesús, has de conformar-te a les seves divines normes i ser mansuet i humil com Ell».

Saps a què es referia Jesús quan digué que has d'estar *en* el món, però no ser *del* món; que si vols seguir-lo, has d'esperar decepcions i fins i tot insults. No és el deixeble més que el Mestre a qui el món va crucificar. Tot i que no puguis entendre

6 Mt 11, 29.

7 Santa Margarida Maria Alacoque (1647-1690), religiosa de la Visitació i promotora de la devoció al Sagrat Cor de Jesús.

la raó de la mansuetud, intenta ser mansuet, perquè Crist ho va ser. Aprèn d'Ell, perquè la mansuetud és el preu de la pau al teu cor i a la teva família, i al teu petit racó de món.

Quan hakis de patir, pensa que el Senyor es sobreposà als qui es burlaven d'Ell. L'esclat de la seva mirada reflectia tota la fortalesa de Déu mentre, dempeus rebia el seu càstig; mentre, penjat de la creu, suplicava per a ells el perdó; i, finalment, mentre acollia el lladre⁸ i li guanyava el regne etern.

8 Cf. Lc 23, 39-42.

5. APRÈN A SUPORTAR AMB PACIÈNCIA LES OFENSES DELS ALTRES

Una aversió és un sentiment inexplicable de disgust o desgrat envers una persona. No neix d'una ofensa concreta ni hi ha explicació en allò que habitualment origina el refús, com la gelosia, l'enveja, la rivalitat o l'ambició. De vegades respon a la incomprensió, o pot ser el resultat d'un conflicte entre temperaments o caràcters en tal grau que el que fa o diu l'altra persona ens molesta com per instint. Fins i tot és possible que sentim alhora antipatia i admiració envers algú.

Encara que sembli una força feble i subtil de l'esperit humà, de vegades arriba a extingir l'autèntica caritat. Quan algú amable per naturalesa no pot dirigir una paraula amable a una altra persona, – tot i que aquesta no hagi fet res dolent – quan coincideixen, la força de l'aversió està actuant com un encanteri malèfic. Aquesta força que ens arrenca la paraula de la boca i l'escalfor del cor és un defecte del nostre jo.

Experimentar aquests sentiments no és pecat, però sí ho és deixar-se dominar per ells i permetre que t'arrossequin sense oposar-hi resistència. Déu vol que facis un esforç per tal que la teva ànima recuperi si més no una part de

la seva pau. I això es pot aconseguir redirigint o identificant sentiments d'aquesta classe en el moment que els notes dins teu, però sobretot omplint el teu cor d'un esperit de caritat.

Manifestes aversió quan fas veure als altres els teus sentiments envers algú que et desagrada i afegeixes algun comentari àcid sobre els seus defectes reals o imaginaris.

Manifestes aversió amb la teva conducta descortès i contraria a la caritat si contestes amb brusquedat a la persona que et cau malament, i la ridiculitzes i fins i tot l'insultes amb el que a tu et semblen comentaris graciosos. De vegades t'excusaràs dient que obrar d'una altra manera seria hipòcrita, però ocultar els nostres sentiments més baixos mai no és hipocresia.

També manifestes aversió si et negues a involucrar-te en qualsevol activitat o diversió en la qual participi una persona que rebutges. És una falta greu de caritat preferir que una feina estigui mal feta o deixar de gaudir d'una bona estona i no tenir tracte amb qui et resulta antipàtic.

APRENDRE A VÈNCER LES TEVES AVERSIONS

Pots superar els teus sentiments d'aversió redirigint-los o identificant-los quan els percebis; mantenint-los amagats i no parlant-ne; essent especialment amable amb la persona que et desagrada; recordant que possiblement tu també siguis antipàtic a d'altres; persuadint-te que no

pots estimar Déu si no estimes els teus enemics; i pregant habitualment pels qui et produeixen rebuig.

Potser mai no arribis a dominar del tot els sentiments, però tampoc no cal. Un cop que hakis desarrelat qualsevol manifestació externa i conscient de la teva aversió, és preferible l'objectiu de lluitar per amagar els teus sentiments que per dominar-los plenament. La prova més gran d'autèntica caritat que pots donar en la teva vida és l'actitud positiva amb els qui el seu caràcter et cau antipàtic.

Diu Jaume: «*Acosteu-vos a Déu, i Déu s'acostarà a vosaltres. Renteu-vos les mans, pecadors; purifiqueu els vostres cors, homes de cor dividit!*»¹. Després d'haver netejat el teu cor en l'aigua cristal·lina de la caritat, qualsevol aversió es convertirà, lentament i silenciosa, en una atracció real i en una caritat autèntica.

MANTENIR-SE ALERTA AMB EL RESSENTIMENT

El ressentiment i l'avversió, ambdós enemics de la caritat, estan estretament units. La persona ressentida, a l'inrevés que la irascible o venjativa, no desitja fer mal o ferir; el ressentiment superbiós i silenciós, és tanca en si mateix i s'entrega a l'amargor i les tenebres de les seves reaccions i records; procura no traïr-se obertament a si mateix amb una paraula amable

¹ Jm 4, 8.

o una mostra d'atenció. Quan l'amor es manté tancat així en el cor, està condemnat a marcir-se i morir.

Pot ser que en general siguis generós i, tanmateix, el ressentiment hagi posat els fonaments en el teu interior. S'hi t'has sentit incomprès o pregonament dolgut per la ingratitude o injustícia d'un altre, no et tanquis a rumiar els teus penosos records en solitari. Segueix el consell de sant Pau: «*Que la posta de sol no us trobi encara ressentits: no doneu ocasió al diable*»². Si t'han ferit els sentiments, no furguis en la ferida. Deixa de mortificar-te amb la crueltat del que t'han dit; oblida la miserable conducta que han tingut amb tu. No hi ha res que faci tant de bé a l'ànima com l'amor que ho perdona tot. El pensament que Déu t'estima ha d'omplir el teu cor de pau i d'alegria.

Perdonaries molt fàcilment si sabessis que demà moririen els qui causen la teva rancúnia! Potser demà serà la teva mateixa mort... Quina llàstima haver de presentar-se davant Déu amb una ànima ressentida! Tanmateix, tu esperes que Ell vingui a trobar-te sense ira i oblidi les ferides al seu Cor que han infligit els teus pecats.

En acabar el dia, quan se't posin al davant les experiències més amargues, decideix-te a oblidar-les totes. Amb aquests sentiments podràs anar a dormir en pau.

² Ef 4, 26-27.

NO GUARDIS RANCÚNIA

Tenir rancúnia significa manifestar un obstinat ressentiment envers algú que t'ha ofès de manera real, dubtosa o imaginària. S'expressa amb un silenci fred i amb la negativa d'entaular conversa amb aquesta persona o a respondre a les seves preguntes; amb la indiferència envers el causant de la rancúnia, amb el sarcasme, els comentaris feridors i les interpretacions càustiques de les seves paraules o la seva conducta; i tot amb una posat fosc.

Aquest irat silenci carrega l'ambient d'una tensió tan perceptible com la violència en les paraules. Les persones temperamentals i susceptibles es troben molt disposades a mostrar el seu enuig d'aquesta manera. Quan s'enfaden amb algú, ho fan notar demostrant desinterès per tot, també per les coses que són els seus temes o activitats preferides. Si se'ls acusa de «fer morros», adopten una actitud tètrica i responen a qualsevol intent de recuperar-los, amb comentaris com ara «deixa'm estar!».

La persona amb rancúnia es pensa tan carregada de raó que la seva conducta li sembla totalment justificada. Però s'hauria de veure com la veuen els altres: infantil, tova i tossuda.

Si ets culpable de tenir rancúnia, només ho superaràs quan aprenguis a donar menys importància als defectes aliens i a la teva primmirada susceptibilitat. La fermesa de caràcter exigeix la capacitat de vèncer el ressentiment envers els altres, d'amagar els sentiments ferits i perdonar de seguida. Hi ha

poques esperances que vencis aquest mal hàbit mentre no afrontis el fet que el teu temperament et fa sentir-te ofès quan ningú no ho ha intentat, i que et tanquis en un silenci irat.

Si algú et fereix o t'irrita, no ho manifestis refugiant-te en la teva closca i negant-te a parlar. Pot ser que t'assabentis després que el causant ni tan sols s'ha adonat que t'ha molestat. No siguis hipersensible i primmirat en el tracte amb els altres, ni veloç a trobar greuges i desatencions i lent a oblidar-los. No manifestis amb el teu gest, ni amb l'expressió del rostre, ni amb un silenci fred que t'has sentit injuriat o ferit.

No et facis l'humil quan altres dissenteixen de tu ni els obliguis a disculpar-se constantment. No imaginis respostes agres pels qui t'han humiliat.

Santa Margarida Maria d'Alacoque ens ha deixat un consell: «No manifestis fredor amb el proïsme si no el Sagrat Cor de Jesús s'apartarà de tu. Quan la rancúnia et duu a recordar els antics greuges, obligues el Senyor a recordar-te els teus pecats passats, que la seva misericòrdia ja havia oblidat». I afegeix «Duu amb paciència les petites empipades que provoca la manera de ser del proïsme; no mostris un ressentiment que desagrada al Sagrat Cor de Jesús».

Si tens tendència a engreixar expressament els greuges del passat, recorda l'advertència de Crist: qui no estigui disposat a perdonar els seus enemics, no té dret a esperar que Déu li perdoni els seus pecats³. En la teva vida professional, en el teu matrimoni, en qualsevol faceta humana,

3 Cf. Mt 6, 15.

conrea un esperit de perdó per les velles injúries. Això et permetrà ser més caritatiu quan jutgis els altres.

COMBAT EL DESIG DE VENJANÇA

El desig de venjança, que neix de l'aversion i el ressentiment, és també enemic de la caritat. Així també la ira pot manifestar-se en la intenció de venjar-se de qui l'ha provocat.

Hi ha gent amb una extraordinària tendència a no oblidar mai una ofensa, sigui real o imaginària: fins i tot pot arribar a gaudir amb les ocasions que li ofereixen l'oportunitat de rescabalar-se. Moltes de les situacions penoses que es produeixen en les relacions humanes neixen d'aquesta inclinació.

En l'ésser humà no hi ha un senyal més clar de feblesa de caràcter que el costum d'intentar saldar comptes amb un altre per una errada comesa. Al feble de caràcter li encanta venjar-se. És incapaç de deixar el judici i el càstig en mans de Déu i es dedica a maquinari constantment la manera de fer sofrir a qui l'ha perjudicat.

La venjança pot seguir un triple curs. El primer consisteix en l'intent de malmetre el bon nom d'una persona fent minvar l'estima i l'aprovació que gaudeix dels altres: es pot detectar fàcilment en l'acidesa de les paraules, la vehemència dels sentiments i la insignificança de les acusacions. En el segon cas, la venjança intenta malmetre allò que l'altre fa bé: la persona venjativa se sent feliç amb els fracassos de l'enemic, i encara més feliç

si hi pot contribuir; per això sembla la discòrdia entre els companys i col·legues de la víctima i els anima a no col·laborar amb ella. En acabat, la venjança intenta impedir l'ascens de l'enemic i per això es rebaixa a les mentides més mesquines.

Tu evita actuar mogut per la venjança. És impossible passar per la vida sense que algú, abans o després, et fereixi o maltracti: assumeix-ho i nega't de pla a actuar o parlar en contra d'ell per venjança. No et refiïs del que digui algú amb esperit de revenja, perquè pot ser una absoluta falsedat. Si t'enfades amb algú, no cerquis venjar-te, revelant els seus defectes ocults, potser fins i tot exagerant-los o mentint sobre ells. Mai no intentis posar els seus amics en contra fent-los creure que no és digne de la seva amistat o confiança, o fent malbé les seves possibilitats d'ascens.

Si cerques venjar-te d'un altre, el teu sentit de la justícia és exagerat o equivocat, i aprecies molt poc la caritat cristiana. El Senyor insisteix perquè els seus deixebles no només no han de tornar el cop, sinó oferir l'altra galta⁴: una altra manera de dir que la venjança és un pecat que acabarà rebent d'Ell el seu càstig.

NO PERMETIS QUE EN TU ARRELI L'ODI

L'odi consisteix en una mala voluntat persistent: és la consolidació deliberada de la ira

⁴ Mt 5, 39.

en un estat d'enemistat. És pitjor que la ira l'aversion, el ressentiment i el desig de venjança: aquests atempten contra la caritat i l'extingeixen de mica en mica, però l'odi l'apaga d'una bufada.

On hi ha Déu hi ha llum. *«Jo sóc la llum del món. El qui em segueix no caminarà a les fosques, sinó que tindrà la llum de la vida»*⁵. L'odi és oposat a la caritat; per això, també oposat al regne de Déu i al regne de la llum. L'esperit de l'odi és l'esperit de les tenebres. L'home que odia és cec. Potser farà passes que a d'altres apopen a Déu, com anar a l'església o pregar; però no s'aproparà a la llum mentre hi hagi odi en el seu cor. Camina en les tenebres de la separació de Déu.

*«El qui estima el seu germà, està en la llum, i res no el fa ensopegar. El qui odia el seu germà, està en la foscor i camina en la foscor, i no sap on va, perquè la foscor li ha encegat els ulls»*⁶, diu sant Joan. Les paraules del deixeble estimat exposen una veritat indubtable: *«Tothom qui odia el seu germà és un assassí, i ja sabeu que cap assassí no té vida eterna dintre seu»*⁷.

L'odi és pecat quan implica un acte deliberat de la voluntat. Odies quan et permet instal·lar-te en un estat permanent de malevolència envers algú que s'oposa als teus desitjos, frena els teus progressos o et tracta amb menyspreu: això et duu a desitjar-li tot el mal i fins i tot a retornar-li deliberadament mal per mal.

5 Jn 8, 12.

6 1Jn 2, 10-11.

7 1Jn 3, 15.

Malgrat això, no et neguitegis si sents envers algú una forta antipatia instintiva: això no és sempre un odi deliberat ni és en absolut pecat si ets capaç d'amagar-ho. Pot haver-hi algú que et faci dir a tu mateix: «No el suportó». Aquestes paraules són la constatació d'un fet i no peques de cap manera si mai no has tingut intenció de fer-li mal i, sobretot, si li demanes a Déu que el beneeixi i l'ompli de béns.

Si l'odi s'ha escolat en el teu cor, has de lluitar contra aquest esperit maligne amb més tossuderia que contra l'enemic que volgués privar-te de la vista. Tot i que l'àngel de les tenebres pot tenir la força d'un gegant, no pot res contra un fill de la llum. Sortosament, només l'amor ho pot tot.

Procura combatre qualsevol desig de fer mal a l'altre. No te n'alegris de la desgràcia de l'enemic ni et neguis a pregar per ell; tampoc et neguis a saludar-lo si te'l trobes sol o en presència d'altres.

Odiar un altre ésser humà deliberadament equival a odiar Déu. És com demanar la condemna de Déu per a un mateix. Només en la mesura que estiguis disposat a perdonar els qui t'han fet mal pots esperar que Déu et perdoni. I és igual el mal que t'hagin fet.

LA MALDAT, LA MALÍCIA I LA VIOLÈNCIA SÓN FORMES D'ODI

La *maldat* (acció dolenta) és la pitjor classe d'odi: mentre que aquest sol restar en l'esfera dels pensaments i els sentiments, la maldat passa

a les obres. Pot tenir origen en un mala experiència o en una decepció: una paraula àcida, una discussió o una burla.

La *malícia* és l'hàbit de gaudir fent petites ferides als altres. És una de les manifestacions de la maldat que, sabent que és impossible fer quelcom important, intenta destruir la felicitat humana en coses menudes.

Qualsevol mal infligit al proïsme que no estigui dirigit al seu benestar espiritual o material és fruit de la malícia. N'hi ha que són maliciosos sense adonar-se'n; d'altres fan mal al proïsme i s'excusen adduint un motiu just. La malícia és la germana petita de la crueltat.

Actues amb malícia quan expliques a algú com de malament li cau a un tercer o les coses negatives que s'han dit d'ell quan no hi era; quan critiques allò que l'altre té en molta estima, o alguna cosa que ha fet bé i que el fa estar cofoi; quan anomenes algú per un nom que el pot ofendre greument; quan ridiculitzes els defectes o les deformitats físiques dels altres, o la seva nacionalitat, raça o religió; o quan d'una persona te'n rius a la cara perquè no parla correctament o no s'expressa bé; quan atemoreixes la gent amb relats imaginaris de mals imminents; i quan insisteixes a remarcar les faltes d'un altre tot i que s'hagi esmenat i corregit. El mal causat amb aquestes faltes de caritat varia segons la sensibilitat de la persona afectada i com sigui d'impressionable.

La violència és la tendència incontrolada de la ira a fer mal, de paraula o d'obra, a la persona

que l'ha suscitat. És una de les pitjors formes que pot adoptar la ira o la maldat.

Hi ha violència, per exemple, quan un pare pega el seu fill en una rauxa de fúria amb el desig de fer-li un mal greu, o fa servir instruments de càstig, o trenca coses per desfogar la seva ira. La violència pot ser un pecat mortal si es té intenció de fer o es fa un mal greu a un altre.

Quan permetes que la ira t'arrossegui a una violència irracional, evidencies la teva manca de maduresa i actues com un nen malcriat. Si de veritat desitges canviar, ha de fer-ho portant a la pràctica un pla de renúncia que disciplini el teu infantilisme.

La malícia, a més d'una feblesa humana, és també obra d'un poder hostil a Déu que ens remet al «Maligne»⁸ del qual parla la Sagrada Escriptura, l'objectiu del qual consisteix a pervertir o alterar l'ordre de la Creació divina. El que es rendeix a la maldat roman sota el poder d'aquest esperit i, mentre persisteix en aquest estat, es manté separat de Déu. Déu és bondat: no existeix maldat en Ell. «Déu és amor; el qui està en l'amor està en Déu, i Déu està en ell»⁹, diu sant Joan.

Cadascun de nosaltres té assignat un lloc en el banquet de la vida. Hem de recordar sempre l'advertència de sant Pau: «*Per això, celebrem la Pasqua, vivint no amb el vell llevat de la dolenteria i la malícia, sinó amb els pans sense llevat de la sinceritat i la veritat*»¹⁰.

8 Mt 13, 19.

9 1Jn 4, 16.

10 1Co 5, 8.

6. CONEIX LES CONSEQÜÈNCIES DELS PENSAMENTS NEGATIUS

Ser clarament conscient de les greus conseqüències que tenen en la vida diària els judicis contraris a la caritat et servirà per dissuadir-te del mal costum de jutjar negativament els altres.

ELS JUDICIS NEGATIUS ET PODEN FER MAL A TU

La falta de caritat en els nostres judicis perjudica l'ànima. Fins i tot una sospita ben fonamentada ens envileix més o menys. Tot i que la sospita es confirmi i puguem evitar un mal material, haver-la alimentat no ens fa cap bé.

Així com els judicis caritatius influeixen en la teva ànima fent-la créixer en virtut, jutjar amb malvolença li fa mal. Potser caiguis en el pecat del qual has considerat culpable una altra persona; o potser et vegis assaltat per temptacions poc habituals que et duen a recordar que el pecat vers el que et sents de sobte temptat és el mateix que has estat atribuït a un altre.

De vegades també a tu, sent innocent, t'acusen falsament i et creuen culpable d'alguna falta;

potser la mateixa de què tu has estat culpant a d'altres, almenys de pensament.

Un cop que s'ha adquirit l'hàbit de jutjar negativament els altres, resulta molt fàcil passar dels judicis sobre temes menors a uns altres que tenen relació amb pecats greus. Diu la saviesa popular que una persona és, en bona mesura, el que pensa dels altres. Quan sents que algú atribueix malícia a un altre, pots estar segur no només que està enfadat, sinó que en ell també hi ha quelcom d'aquesta malícia, o a punt d'haver-n'hi.

ELS MALS PENSAMENTS MEREIXEN EL CÀSTIG DE DÉU

La conseqüència més lamentable dels pensaments poc caritatius és que comporten un pecat i el càstig de Déu. Els mals pensaments poden ser mortals o venials segons les circumstàncies que els acompanyen. En la seva Carta als romans, sant Pau parla del pecat greu i de la seva inevitable conseqüència: el càstig etern. *«Per això no tens excusa, tu que et poses a fer de jutge; quan judiques els altres, et condemes a tu mateix, perquè fas de jutge però actues com ells. Tothom sap que Déu castiga justament els qui cometen aquells actes. I tu que jutges els qui els cometen, però fas igual que ells, ¿et penses que t'escaparàs del judici de Déu? ¿O és que menysprees la riquesa de la seva bondat, de la seva generositat i de la seva paciència? ¿No vols reconèixer que la bondat de Déu et*

convida a la conversió? El teu cor endurit, que no es vol convertir, va acumulant càstig per al dia del càstig, quan es manifestarà el just judici de Déu. Ell pagarà a cadascú segons les seves obres: la vida eterna, als qui, practicant amb constància les bones obres, busquen la glòria, l'honor i la immortalitat; el càstig, als qui amb orgull són rebels a la veritat i dòcils a la mentida! Déu donarà tribulacions i angoixa a tothom qui fa el mal, primer als jueus i després als dels altres pobles, però glòria, honor i pau a tothom qui fa el bé, primer als jueus i després als dels altres pobles. Déu no fa distinció de persones»¹.

Déu valora els mèrits veritables de cada persona amb una justícia imparcial. No es deixa portar per consideracions alienes al cas, com la posició, l'honor, el talent, la bellesa o els béns materials de l'interessat. Déu jutja «segons la veritat». El dia del Judici Final concedirà la vida eterna als qui hagin perseverat en el bon obrar. Però als qui «obeeixen la injustícia» els mesurarà amb la «ira i la indignació», que vol dir el càstig etern, amb els seus turments corporals i aflicció i angoixa per a l'ànima.

L'advertència del Senyor és clara: «No judiqueu, i no sereu judicats. Perquè tal com judiqueu sereu judicats, i tal com mesureu sereu mesurats»².

No interpreteu malament la paciència que Déu ha tingut amb tu en el passat. La seva benvolença, manifestada en els béns que t'ha

¹ Rm 2, 1-11.

² Mt 7, 1-2,

concedit sense reserves, i la seva paciència són la forma d'invitar-te al penediment. Amb un esperit humil i agraït per la infinita paciència de Déu amb tu, procura no jutjar els altres.

És una autèntica niciesa enganyar-se pensant que Déu serà parcial amb nosaltres i no castigarà amb massa severitat els nostres pecats. Evita aquesta presumptuosa confiança. Si sant Pau considerava que valia la pena recordar als romans conversos la dura realitat de l'infern per tal que el seu amor a Crist fos més ferm i generós, val la pena que també tu pensis en això i t'animis a demostrar el teu amor a Crist acomplint el seu gran manament d'amor.

7. FONAMENTA ELS TEUS PENSAMENTS EN LA VIRTUT

La vida interior i exterior de les persones neix i es configura en funció del món silenciós del pensament. La teva forma de pensar pot bastir la teva sort en aquest món i determinar el teu destí etern. Els teus muts pensaments són com les arrels amagades en els racons més foscos de la terra d'on surt tota la planta, amb la seva vida i forma, la seva força i bellesa. D'aquestes arrels, i a través d'elles, viu i mor la planta. Així és amb els teus pensaments, tot i que amagats, són autèntica força vital.

Si vols agradar Déu i créixer en santedat, has d'esforçar-te per nodrir pensaments amables. Quan el món dels pensaments segueix la sendera correcta, l'ànima està sana i la vida s'enfoca de manera adient. I no hi ha cap aspecte de la lluita interior en què els teus esforços siguin tant necessaris i fructífers com l'amor al proïsme.

Per exercitar-se en els pensaments amables hi ha innumbrables ocasions, però es tracta d'una pràctica que exigeix lluita generosa i continuada.

EVITA LA SUSPICÀCIA

La confiança mútua és una de les manifestacions més sublimes de la caritat. Si la primera qualitat de l'amor és l'entesa mútua, la qualitat principal d'aquesta entesa és la confiança dels uns amb els altres, perquè la caritat es nega a pensar malament. Diu sant Pau: *«El qui estima és pacient, és bondadós... no s'alegra de la mentida...; tot ho excusa, tot ho creu, tot ho espera, tot ho suporta»*¹.

Ser suspicaç, en canvi, consisteix a suposar – sense prou fonament – la mala intenció de determinada línia de conducta d'una persona. El malfiat té per segur que tothom ha de ser considerat culpable mentre no es demostrï la seva innocència. I, el que encara és pitjor, se sent obligat a manifestar sempre les seves sospites amb l'esperança que els altres hi participin.

Hi ha molta gent que fa malbé les seves relacions per culpa de sospites ridícules, com les que alguns marits alimenten de les seves mullers, i a l'inrevés; o com els pares que, sense prou raó, es malfien dels seus fills; o com qui sospita que els amics parlen d'ell a la seva esquena o es valen de la seva amistat per algun interès personal.

La malfiança injustificada causa pregones ferides. Si subestimes la qualitat moral de l'altre, si dubtes dels seus propòsits, si treus qualitats al seu caràcter, si interpretes malament les seves intencions o falseges la seva innocència amb sospites i acusacions infundades, els sotmets a

¹ 1Co 13,4; 6-7.

una de les proves més amargues de la vida. Fou una prova com aquesta la que va fer que el Cor de l'Anyell de Déu s'arronsés d'angoixa a l'Hort de Getsemaní. Tot el relat del Divendres Sant es resumeix en les falses sospites.

La malfiança duu a la perdició. És una força que arrossega a l'abisme quan no està justificada, però també quan existeix fonament. Hi ha ocasions en què un home se sap sospitós d'un delicte i experimenta el desig de cometre'l realment i, d'aquesta manera, avança la seva caiguda.

La suspicàcia no només destrueix les relacions d'amistat i tots els plaers de la vida en societat: també fa pràcticament impossible la pau del cor. Sant Benet² diu que l'home malfiat no descansa mai. La sospita ens arrabassa la pau interior i l'assossec exterior. A l'home suspicaç, immers sempre en un conflicte inacabable, no l'estima ningú, no es guanya la confiança de ningú. Aquest tret de caràcter converteix moltes persones en amics i coneguts molt ingrats.

LA CONFIANÇA ENGENDRA FELICITAT

La veritable caritat és incapaç de pensar malament, no només perquè està lliure de tota malícia, sinó perquè no estima res que sigui dolent. Si ets sincer i amable i no hi ha en tu falsedat, estaràs disposat a veure en qualsevol una persona honesta, bona i amable.

² Possiblement sant Benet (c. 480- c. 550) pare del monacat.

La confiança és una filosofia de vida millor que la suspicàcia, que s'assembla a un vigilant amb un zel desmesurat que fa fugir els lladres, però tampoc no deixa descansar l'amo; i és sempre millor encara que la caritat es vegi sovint decebuda, i pateixi moltes derrotes que una lleugera sospita podria haver evitat.

Les sospites ens fan infeliços, mentre que la fe i la confiança alimenten l'alegria. Fins i tot quan et traïxen, malgrat el dolor causat per la decepció, ets més feliç que si haguessis sospitat injustament de l'altre. Si et refies recolliràs pau i felicitat.

Quan la confiança és plenament justificada, ens anima a obrar bé i a merèixer-la. És una de les forces vitals més educadores i guaridores. La confiança que els altre ens fan en duu a sentir-nos estimulats i estimats. Si volem que els homes siguin millors, hem de pensar millor d'ells.

Però ser confiat no vol dir que hakis de passar la vida posant la confiança en tothom que es creua amb tu. Quan tens dubtes seriosos i disposes de dades objectives, l'amor no t'impedirà ni esperar ni demanar el millor per aquesta persona, sense perdre la fe en la seva honradesa; però aniràs en compte a l'hora de refiar-te'n. Malgrat tot, mentre l'equilibri entre la bona i la mala opinió sigui inestable, l'amor et durà a inclinar-te per la primera.

Si tens tendència a ser malfiat, l'única cura consisteix a adquirir el costum d'eliminar qualsevol rumor infundat que et passi pel cap. Segueix la pràctica d'admetre que la gent és bona a menys que doni proves objectives de no ser-ho.

Aprèn a perdonar els qui són culpables de qualsevol forma de conducta equivocada.

Creu en els altres. Tots tenim dret a ser valorats, ja que l'amor de Crist per nosaltres és tan pregon que ha mort per la nostra salvació. La seva perfecta caritat resta expressada en la seva pregària: «Pare, perdona'ls»³.

PROCURA SER CONCILIADOR

La caritat exigeix la unitat de pensament. Sant Pau exhorta els de Filips a tenir un sol esperit, es a dir, a pensar de la mateixa manera i estimar les mateixes coses, amb una única ànima i un sentiment, «*Us demano que feu complet el meu goig: tingueu els mateixos sentiments i el mateix amor els uns pels altres, unànimes i ben avinguts*»⁴.

Oblidant les cadenes que el lliguen a la seva cel·la, sant Pau sent la preocupació d'acabar amb les dissensions que pertorben els cristians i els recorda que sent tantes les coses que els uneixen, han de deixar de banda allò que els divideix. Han passat vint segles de cristianisme i aquesta crida urgent, no és pas menys oportuna.

«*Un sol cor i una sola ànima*»⁵ fou el lema dels primers deixebles de Crist. La unitat els valgué el reconeixement dels pagans per l'extremat amor fratern. A la llum d'aquesta exhortació, examina la teva unitat d'esperit amb el proïsme, sobretot

³ Lc 23, 34.

⁴ Flp 2, 2.

⁵ Ac 4, 32.

en allò que és lícit. Ets una persona conflictiva si discuteixes sovint amb els altres, si et baralles i sols trobar-los defectes.

No alteris mai la pau amb les teves tendències egoistes i amb la teva predisposició a discutir. Fes un esforç per acostumar-te a reconèixer les coses bones dels qui treballen amb tu i dels qui tractes en la vida social, en comptes d'intentar egoistament que tot giri al voltant dels teus gustos i antipaties.

SIGUES INSENSIBLE AL TEMPERAMENT DELS ALTRES

Per evitar les friccions, és útil conèixer les diferències de temperament. Si vols avenir-te amb la gent, et cal molt bona voluntat i una sòlida virtut. Però també has de fer servir el seny i la intel·ligència. En qualsevol grup de persones existeix una àmplia varietat de gustos, d'antipaties, i d'actituds davant la vida. Tots tenim un temperament diferent.

El temperament és la combinació de les qualitats que et fan la mena de persona que ets per naturalesa. Es pot definir com la matèria prima de la qual has de forjar un caràcter ferm. Qualsevol temperament té la seva part bona, i la dolenta. Lluita per dominar les tendències dolentes del teu i per fomentar les potencials qualitats dels altres.

INTENTA ACONSEGUIR UNA SENSIBILITAT EQUILIBRADA

La hipersensibilitat sol provocar conflictes en les relacions humanes. Ser sensible és bo, però deixar que la sensibilitat creixi massa ens fa infeliços.

Hi ha persones que pel seu temperament no poden deixar de ser molt sensibles; i hi ha persones que compten amb armes eficaces per defensar-se dels desenganys de la vida. Altres tenen una sensibilitat exacerbada i són propensos a la introspecció i a la melangia. Els resulta molt fàcil descobrir el desdeny, de vegades on no n'hi ha. Tendeixen a donar voltes i més voltes a aquests menyspreus reals o imaginaris, i això els fa infeliços a ells i als qui els envolten.

No hi ha res dolent en el fet d'estar dotat d'un temperament sensible. Una imaginació rica i uns sentiments equilibradament delicats permeten gaudir en grau summe de la bellesa i la bondat. Si ets sensible, la teva tasca serà treure'n el màxim partit, estant a l'aguait contra les males tendències que puguis desenvolupar. Has de fer un esforç per no rumiar els menyspreus reals a ficticis. No permetis que la teva inclinació natural a la introspecció acabi per ser exagerada; obliga't a viure un tracte actiu i saludable amb els altres. Dedicat a la pregària.

Si no ets sensible, aleshores has d'exercitar la paciència. Tots els temperaments tenen els seus defectes i la paciència d'uns i altres fa minvar les dissensions. Potser no assoleixis mai l'autèntica caritat, però sí que pots tornar a començar una

vegada i una altra, de manera que les friccions es redueixin al mínim. Tant tu com els altres sereu més feliços, perquè d'això es derivarà la unitat de pensament, sense la qual és impossible la veritable caritat.

VEURE'NS TOTS PLEGATS TAL COM SOM

La caritat demana humilitat. San Pau exhorta els de Filips a ser generosos i humils en l'esperit: *«No feu res per rivalitat ni per arrogància; amb tota humilitat, considereu els altres superiors a vosaltres mateixos. Que no miri cadascú per ell, sinó que procuri sobretot pels altres. Tingueu els mateixos sentiments que tingué Jesucrist»*⁶.

L'orgull representa un obstacle per a una caritat humil. És difícil que qui tendeix a pensar en ell i a cercar-se a si mateix es lliuri als altres. Hem de combatre la supèrbia, l'arrel del mal que tant de mal fa a la caritat. Pots reconèixer la seva labor subtil dins de tu quan et negues a cedir davant dels altres en allò que és opinable; quan et consideres superior als altres; i quan vetlles pels teus interessos prescindint dels de la resta.

La humilitat frena el teu desig desordenat de ser millor i d'aconseguir l'estimació aliena. És un requisit imprescindible per a la caritat genuïna. Hi ha qui se sent greument ofès quan rep el mateix tracte que ells acostumen a dispensar als altres. L'afecionat a les bromes es diverteix molt si les víctimes són els altres, de vegades fins al

⁶ Flp 2, 3-5.

punt de deixar-los en ridícul amb falses trucades telefòniques, fent-se passar per altres i amb enganys per l'estil. Però, quan és ell qui es converteix en víctima, se sent ofès i s'enfada.

El qui deixa anar la llengua per malparlar d'altres i sempre està disposat a sospitar obertament dels seus motius, actituds i accions no dubta a barallar-se pel seu pretès honor si algú amb prou feines mussita una paraula que considera pejorativa per a ell.

Hi ha també qui dóna ordres a tothom que se li apropa, tingui o no autoritat per fer-ho, i s'ofèn greument quan els altres, inclosos els superiors, li manen o suggereixen alguna cosa. Aquesta conducta neix d'un orgull molt arrelat i demostra un caràcter incoherent. Les persones així estan convençudes que tenen drets que els altres no tenen, i que són molt més eixerits, intel·ligents i virtuosos que la resta. Aquesta supèrbia ha de ser corregida per la humilitat.

Si estàs ple d'un respecte sincer per a tot allò que pertany a Déu i al proïsme, no t'apropriaràs del que no et pertoca.

Atura't a pensar en els teus pecats: com pots tenir-te en tan gran estima? No n'hi ha prou que diguis que ets un pecador com la resta del homes. Pensa en els pecats concrets que t'averگونyeix admetre fins i tot davant teu i dels quals et penedeixes sincerament. Si els reconeixes davant de Déu, ni que sigui en el secret de la teva ànima, no podràs sentir-te ferit pel mal que has de suportar dels altres. La ira s'esvanirà, desapareixerà l'afany de revenja i acceptaràs humilment cada menyspreu i cada ofensa en

expiació pels teus pecats. Considerar els teus pecats en la pregària et durà a ser veritablement humil del cor i d'esperit.

ATRIBUEIX A DÉU LES TEVES BONES OBRES

Quan facis una obra bona, no ho comentis als altres: si ho fas, pot ser que l'efecte diví que obra en tu s'esvaeixi. Tampoc ho rumiïs. Aquestes obres són el resultat de l'acció de la gràcia.

Si sents la temptació de complaure't en allò que fas de bo, pensa més aviat en la bondat de Déu amb els homes, recorda la seva santedat i el seu poder, i t'avergonyiràs. Això t'ajudarà a mantenir-te en els límits de la teva petitesa. Quan algú et doni les gràcies, accepta-les amb cortesia, però pensa en Déu que mereix tot l'honor.

CONSIDERA EL PROÏSME MILLOR QUE TU

La humilitat t'invita a considerar i a tractar el proïsme com a superior, és a dir, com si el lloc que ocupa davant de Déu estigués per davant del teu. Sant Pau veu a tots «*amb humilitat... com a superiors*». Si estàs ple d'aquest pensament, serà difícil que t'enfadis per l'aparent maltractament que rebis del proïsme. No discutiràs. Poden existir diferències d'opinió, però no provocaran una conducta indigna. Si en un grup de persones hi ha aquesta estimació mútua no es produiran situacions desagradables, ni ningú se sentirà ofès. Hi haurà una meravellosa harmonia.

Tingues una modesta estima per a tu mateix. Sant Pau ens exhorta així: «*Ara jo, presoner per causa del Senyor, us demano que visqueu d'una manera digna de la vocació que heu rebut*»⁷. Aquesta actitud no equival a una beateria exagerada, ni es probable que derivi en un complex d'inferioritat. Ningú de nosaltres no és capaç de saber realment quin lloc ocupa en l'omnisciència de Déu. El que pot ser veritat és que el proïsme hagi estat més fidel a la gràcia i més generós amb Déu que tu, i que hagi viscut la caritat amb un zel més gran.

SIGUES GENERÓS

La humilitat exigeix generositat. Qui és noble i sant està pendent dels altres i de cercar el seu bé. Sant Pau insisteix en aquesta qualitat de la caritat: cercar «no el propi interès, sinó el dels altres».

Ja que la caritat comença per un mateix, perseguir el propi bé no es condemnable, però no ens hem d'aturar aquí. El recte amor a un mateix és la regla de l'amor fratern, que se'ns mana estimar el proïsme com a un mateix. El que és censurable és l'interès exclusiu en un mateix.

«*Tingueu els mateixos sentiments que tingué Jesucrist*», diu sant Pau. L'objectiu que els nostres sentiments s'assemblin als de Crist és, a més d'una noble ambició, un privilegi extraordinari. Si penses en els sentiments de

⁷ Ef 4, 1.

Crist envers tu – com en totes les circumstàncies de la vida vetlla pel teu interès quan podria deixar que la justícia seguís el seu curs –, estaràs més disposat a comportar-te amb humilitat d'esperit en el teu tracte amb el proïsme.

Demana-li al Senyor la virtut de la humilitat i que la teva caritat sigui autèntica. Ell ens ha dit de si mateix: «*Accepteu el meu jou i feu-vos deixebles meus, que sóc benèvol i humil de cor*»⁸.

SIGUES CONSIDERAT AMB ELS ALTRES

La consideració exigeix preferir els altres a un mateix. Té categoria de virtut perquè és autèntica caritat, dur a terme el manament del Senyor: «*Estima els altres com a tu mateix*»⁹.

Mostrar consideració envers els altres és una virtut sense pretensions, és la reial caritat vestida senzillament; per això passa desapercebuda. Si ajudes algú o perdones ofenses, rebràs gratitud i admiració. Però, si ets considerat amb els altres, poques vegades rebràs elogis. Les persones considerades procuren viure aquesta virtut del tal manera que beneficiï molts i molt pocs se'n adonin.

En la majoria de les ocasions, l'amor considerat, envoltat d'una aura que inspira reverència, es demostra en les coses petites de la vida, però el actes heroics solen costar menys que els insignificants. Tot i que les petiteses siguin de poca entitat, acabaran per tenir una grandesa

⁸ Mt 11, 29.

⁹ Mt 22, 39.

esplèndida, perquè la consideració troba ocasions en cada instant del dia a dia.

Pots mostrar-te considerat no fent sorolls innecessaris com donar cops de porta, trepitjar fort, o parlar, riure i cantar escandalosament quan n'hi ha d'altres que intenten descansar o treballar. Aquestes conductes, a més d'indicar manca de consideració, manifesten la feblesa d'un caràcter sense les qualitats de l'ànima generosa. A més, és possible que estiguin provocades per la vanitat, o pel desig desviat de cridar l'atenció o de molestar els altres dut d'un petit afany de revenja o antipatia.

La consideració és una virtut molt necessària. Possiblement la part més gran del dolor que pateix la humanitat es degui menys als factors casuals com la malaltia o als accidents que la manca de consideració mútua, responsable d'una ingent quantitat d'humiliacions, patiments, discòrdies i plets.

Fas ben poc en benefici de la humanitat si en uns llocs ofereixes una mica de felicitat als homes i en altres els fas molt infeliços amb la teva desconsideració. De què serveix fer regals als teus amics per Nadal si durant l'any els amargues la vida amb la teva aspror?

Tot i que la gent no percebi la consideració del teu amor, Déu sí que la veu i escolta, i algun dia recompensarà aquestes paraules que no vas dir, els comentaris desagradables als quals vas renunciar. També Ell et mostrarà consideració davant la teva feblesa i les teves aspiracions insatisfetes. Però si no practiques habitualment

la consideració, com vols que Déu sigui considerat amb tu?

PROCURA DUR EL DOLOR AMB AMABILITAT

Ser considerat implica sofrir amb gentilesa. Un patiment amable és una forma de bona acció. Si per obrar el bé et cal l'ajut de la gràcia, encara més ho és per sofrir amb amabilitat.

Una de les característiques més atractives de la santedat és que combina l'amabilitat amb el dolor, i això exigeix que aquest estigui sota la influència de la gràcia sobrenatural.

No hi ha res més meravellós que ser considerat amb els altres quan s'és infeliç. Una caritat com aquesta deixa una pregona traça i fa els altres més amables. De vegades arribem a tenir un afany de compassió tan malaltís que ens impedeix guardar-nos les penes per a nosaltres.

Patir sense deixar de ser amable et durà a estar més pendent dels sentiments dels altres que d'allò que tu has de suportar. Veuràs les teves creus sobre les espatlles del proïsme i, per això, seràs extremadament amable amb ell. Els sants han patit en silenci, sabent que el seu sofriment també ho és dels qui els estimen.

Fes un esforç per amagar el teu dolor i les teves penes. I, alhora, que et duguin a ser amable i afectuós amb els qui t'envolten. La foscor que hi ha en el teu interior ha de ser un raig de sol per als qui tens al voltant. Així, l'esperit de Jesús prendrà possessió de la teva ànima.

APRÈN A SER CONSIDERAT

Els següents suggeriments t'ajudaran a mostrar consideració envers els altres:

– *Fes-te algunes preguntes personals.* Posa't en el lloc de l'altra persona. Si fossis ella, com veuries la situació? Com la jutjaries? Com et sentiries si tot els que sents sobre un altre ho diguessin de tu? Que t'agradaria que els altres diguessin i pensessin de tu?

Posa't en lloc de la seva mare, o d'algun altre dels seus éssers estimats. Quina opinió tindria sobre l'assumpte? Què desitjaria? Què faria?

Pensa en Déu. Quin lloc ocupa aquesta persona als seus ulls? Quin és el seu punt de vista envers ella? Què li demana Déu? Què et demana a tu aquí i ara?

Respondre amb sinceritat a aquestes preguntes et durà a ser honest en qualsevol circumstància. No trigaràs a saber què has de pensar i dir, ja que has de tractar i estimar tothom com a tu mateix. Són preguntes que posaran de manifest com n'ets d'egoista, tot i sense voler-ho, i com de precipitats i superficials poden ser els teus judicis.

– *Recorda les virtuts i les coses bones dels altres.* Qui és amable mai no veu les febleses personals de l'altre. L'amabilitat és la mirada que no adverteix la tanca trencada del jardí de l'amic i només es fita en la rosa que floreix. No hi ha res

tan expressiu del teu caràcter, del teu cor i de la teva ànima com aquesta tendra amabilitat.

Rumia sovint el que hi ha de positiu en els qui instintivament t'inspiren antipatia i adquiriràs l'hàbit de veure només les seves coses bones i dignes de lloança. Normalment les virtuts són més que els defectes. Si ho fas així, ni l'aspror, ni la indiferència, ni la sospita, ni els judicis temeraris, ni l'enveja, ni difamació, ni la calúnnia tindran lloc a la teva vida.

Disculpa les errades humanes. Allò que és indesitjable, o negatiu de la vida d'un no és la totalitat de la seva vida. Ningú no és dolent tot sencer; molt pocs són bons del tot. En la majoria dels casos els defectes són els companys febles de les grans forteses. Jutja els homes no per les seves faltes, sinó pel que fan amb elles. Amb una mica de bona voluntat, seràs capaç de reconèixer i valorar el bo que hi ha en els altres i admirar-ho. Oblidar la resta és semblar-se a Crist.

– *Recorda el teus propis defectes.* Quan percebis la teva inclinació a jutjar amb severitat els altres, has d'examinar les teves pròpies obres per esbrinar quantes vegades has fet les mateixes errades. Potser les teves faltes siguin molt més grans que les que condemnes en altres. Les paraules de l'Esclitura vénen molt al cas: «*Metge, cura't a tu mateix!*»¹⁰. Decideix-te a corregir aquesta inclinació injusta. Aquest reconeixement de la teva feblesa et donarà bons resultats. Una pregària intensa i perseverant et

¹⁰ Lc 4, 23

guanyarà la gràcia de Déu per a ajudar-te en el teu propòsit.

– *No et fiquis en la vida dels altres ni en com actuen.* Les paraules que el Senyor va dirigir a Pere quan li va preguntar sobre la mort de Joan – «*què hi tens a dir? Tu segueix-me*»¹¹ – és una resposta clara de la saviesa Divina respecte a la vida o les obres alienes. Recorda't del que va dir el Salvador als qui van acusar a la dona agafada en adulteri: «*Aquell de vosaltres que no tingui pecat, que tiri la primera pedra*»¹².

En una ocasió sant Ignasi de Loiola escrigué: «L'home que es proposa fer millors els altres perd el temps si no comença per ell mateix». Això no vol dir que abans d'ajudar a d'altres hagis de ser perfecte en tot. Vol dir que has de reconèixer les teves faltes i lluitar per corregir-les, sense deixar de posar-hi el que puguis per guanyar el món per a Crist. Com més perfecte, més benèvol seràs amb els defectes dels altres.

Amb tantes coses de la teva vida per corregir, en tens prou amb ocupar-te del que és teu. Seràs beneït si, al final de la vida, has arranjat els teus comptes amb Déu. No vulguis fiscalitzar les vides alienes. En el llibre de Tobies hi llegim: «*El que no vulguis per a tu, no ho facis a ningú*»¹³. Vius l'autèntica caritat quan la principal norma de la teva conducta és causar el mínim mal possible als altres. Aquest és un amor considerat.

11 Jn 21, 22.

12 Jn 8, 7.

13 Tb 4, 15.

EXERCITA LA PACIÈNCIA

La caritat exigeix paciència. Sant Tomàs d'Aquino resumeix els seus extraordinaris efectes amb aquestes paraules: *«Es diu que la paciència té una obra perfecta en la tolerància de les adversitats, de les quals s'origina, primer la tristesa, moderada per la paciència; després la ira que modera la mansuetud; en tercer lloc, l'odi, suprimit per la caritat; i quart, el mal injust, prohibit per la justícia»*¹⁴.

PENSA EN LA PACIÈNCIA QUE TENEN AMB TU

Sant Pau diu: *«Ajudeu-vos a portar les càrregues els uns als altres, i compliu així la llei de Crist»*¹⁵; i la llei de Crist és: *«que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat»*¹⁶. El consell de *«portar les càrregues els uns als altres»* es refereix a la paciència. L'apòstol ens proporciona una pista subtil, però inconfusible, de la raó per la qual hem de suportar amb paciència la gent que ens irrita quan suggereix que també nosaltres podem ser difícils.

Convé que ens recordin aquest fet, perquè no el tenim gaire present. No som conscients del pes que carreguem sobre les espatlles dels altres. Potser els altres no diguin res de la irritació que provoquem i la duen en silenci i pacientment. Per

14 S. Th., II-II, q. 136, a 2, 1

15 Ga 6, 2.

16 Jn 15, 12.

això has de pagar-los de la mateixa manera, recompensant la seva paciència i exercitant-la amb qui et pugui molestar.

Examina la teva consciència de quan en quan per a descobrir què hi ha del teu caràcter, en la teva conducta i en les teves obres que molesti. Són poques les persones que agraden a tothom en tot. Quan hakis trobat els teus defectes, fes el que puguis per a corregir-los.

PORTA A COLL LA TEVA PART DE LA CREU DEL MÓN

La segona part del consell de l'apòstol indica la principal raó de ser de la paciència: «*compliu així la llei de Crist*». La llei de Crist no és només la llei de la caritat: ho és també del sacrifici d'un mateix. «*Si algú vol venir amb mi, que es negui a ell mateix, que prengui cada dia la seva creu i que em segueixi*»¹⁷. El que l'apòstol anomena «càrrega» Crist ho descriu com a «creu». I ja que Déu mateix et posa el proïsme a la vora, i també és Ell qui et posa la creu a sobre, has de veure la càrrega de l'altre com «la teva creu» i dur-la com si fos teva. Que el Senyor sigui el teu exemple. Les càrregues dels altres foren la seva creu. «*Havia pres damunt seu els nostres dolors*»¹⁸, diu el profeta.

De vegades tots som una càrrega per Déu. Què seria de tu si despertessis en el seu Cor un

¹⁷ Lc 9, 23.

¹⁸ Is 53, 4.

sentiment de rebuig? Que seria de tu si perdés la paciència amb tu?

Una antiga llegenda oriental explica la història d'un foraster a qui un home va hostatjar a la seva tenda. A mitja nit, el foraster s'aixecà, i nerviós perquè no podia dormir, blasfemà contra Déu. L'amo de la tenda el sentí, i escandalitzat, el va fer fora. Diu que al matí, se li aparegué un àngel que li digué: «Et vaig enviar un foraster perquè li donessis aixopluc. On és?». «No el vaig deixar quedar-se», explicà l'home, «perquè va blasfemar contra Déu». «Déu porta quaranta anys tenint paciència amb ell», contestà l'àngel, «i tu no l'has pogut tenir ni una nit?».

Tingues per segur que Déu mai no deixarà de tenir paciència amb tu. Agraeix el Senyor que dugui les teves càrregues, els teus pecats i les teves molèsties. Aixeca't i carrega amb una petita part de la creu: sigues pacient amb les febleses dels qui t'envolten i acompanya com Simó de Cirene el diví portador de la creu acomplint el seu manament: «*Us dono un manament nou: que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat. Així, doncs, estimeu-vos els uns als altres*»¹⁹. Només acomplint la llei que el Senyor ens ha deixat amb el seu exemple i si et fas com Crist en l'amor al proïsme, podràs dir-te cristià amb justícia.

La pràctica de paciència mútua, menystenir els defectes aliens i portar les càrregues els uns dels altres és la condició més elemental de qualsevol activitat de l'home en la família, en la feina i en

¹⁹ Jn 13, 34.

les relacions socials. Sant Francesc de Sales diu: «Els homes han de ser pacients els uns amb els altres, i els més valents són els qui millor aguanten les imperfeccions del proïsme».

A la pobra naturalesa humana li costa aprendre l'art de dur les càrregues dels altres, però un cop assolit, produeix una gran pau d'esperit i de cor, tant en un mateix com en els altres. Aquest art exigeix molta humilitat i una provada lleialtat amb Crist.

FES ENTRENAMENT EN LA PACIÈNCIA

No podem pensar ni pensem tots de la mateixa manera. El seny t'ha de fer comprendre que és més fàcil i més fruitós aguantar pacientment els altres que esperar que canviïn costums adquirits amb els anys per adaptar-se a tu. La teva experiència personal t'ha de dur a comprendre que els altres es planyen de tenir defectes que molesten. Perquè, doncs, no ser pacient i perdonar?

Els suggeriments que segueixen potser et serviran per a practicar la paciència:

– *Cerca o suposa causes eximents.* Tot i que mai no s'ha d'aprovar allò que està mal fet, procura trobar o suposar motius de disculpa, perquè pot ser que la persona que erra hagi caigut en una forta temptació, o que no tingui el coneixement de la gravetat dels seus actes. Has de mantenir els ulls oberts a tota la veritat, no sigui que els teus judicis precipitats o els teus

prejudicis només te'n deixin veure una part. Aquest fou l'esperit del Salvador a la creu quan pregà així: «*Pare, perdona'ls, que no saben el que fan*»²⁰.

És qüestió d'humanitat no fer un recompte massa rigorós de les ofenses alienes per tal que, al seu torn, els altres tinguin paciència amb tu. Si cadascú s'arroga el dret de gratar en les errades de l'altre, no sortirà res endavant: només hi haurà motius de baralles i disputes. D'una altra banda, on hi ha paciència, contenció i una distribució equilibrada de les càrregues de la vida, aquesta resulta més lleugera.

La teva inclinació natural a jutjar temeràriament els altres i a tractar-los amb severitat és una incoherència per part teva, perquè quan ets tu qui falles fas distincions subtils i consideracions amables que et negues a utilitzar amb els actes dels altres.

Si fas servir la mesura que el Senyor ha d'aplicar-te, descobriràs les teves greus mancances en molts d'aspectes. La majoria de nosaltres hem d'escombrar molt a casa nostra abans d'ocupar-nos de les engrunes de l'aliena. San Pau ens exhorta amb aquestes paraules: «... *suportant-vos amb amor els uns als altres*»²¹.

Jutjar amb indulgència i compassivament la feblesa i la probable ignorància dels altres pot evitar la repetició d'un acte o d'una paraula inconvenients. T'ha d'animar un autèntic esperit de caritat, que no és més que l'esperit del perdó i expiació dels pecats de Crist.

²⁰ Lc 23, 34.

²¹ Cf. Ef 4, 2.

– *Perdona les ofenses.* La conducta divina envers tu es regeix per la teva conducta envers el proïsme: «*Perquè tal com judiqueu sereu judicats, i tal com mesureu sereu mesurats*»²², diu el Senyor.

Jesús és encara més concret en parlar del fet que el Pare perdonarà els teus pecats només si tu perdones les ofenses que han comès contra tu. Si no tens misericòrdia, no pots esperar més que un judici sense misericòrdia. Si no vols ser jutjat i condemnat, no jutgis ni condemnis. Si vols que Déu sigui benèvol amb tu, sigues-ho amb el proïsme. «*Doneu, i us donaran: us abocaran a la falda una bona mesura, atapeïda, sacsejada i curulla fins a vessar*»²³.

El deure de perdonar és tan necessari que el Senyor ha dit: «*Si en el moment de presentar la teva ofrena a l'altar, allí et recordes que el teu germà té alguna cosa contra tu, deixa allí mateix, davant l'altar, la teva ofrena i vés primer a fer les paus amb el teu germà; ja tornaràs després a presentar la teva ofrena*»²⁴.

La principal ofrena que has de presentar a Déu és un cor lliure de qualsevol ressentiment envers els altres. No et preguntis si la persona en qüestió està més equivocada que tu, o si hauria de ser ella qui donés el primer pas. Aclareix qualsevol malentès com més aviat millor amb una explicació sincera. Si és l'altre qui s'avança a oferir excuses, perdona'l tot seguit, perquè el Senyor ha dit: «*Perquè, si perdoneu als altres les*

22 Mt 7, 2.

23 Lc 6, 38.

24 Mt 5, 23-24.

seves faltes, el vostre Pare celestial també us perdonarà a vosaltres; però si no els les perdoneu, el vostre Pare no us perdonarà les vostres»²⁵.

Si vols obtenir de Déu el perdó dels pecats que has comès contra Ell, has de perdonar de cor els qui t'han ofès. És més, has de pregar per ells, com va fer Jesús: aquesta és la obra més gran de caritat.

– *Suporta amb paciència la injustícia.* Quan és voluntat de Déu permetre que pateixis a l'ombra d'una falsa sospita, d'un judici errat, de la calúnnia o de la denigració, recorda les següents indicacions:

– *Intenta comprendre que Déu permet que això passi.* Sant Francesc de Sales ens proporciona aquest consell: «S'ha de tenir paciència no només per estar malalt, sinó també per tenir la malaltia que Déu vulgui, on vulgui, amb les persones que vulgui i amb les incomoditats que vulgui». Procura no pensar en el greuge. «*El qui estima és pacient*»²⁶. Concentrar-nos en el mal que ens han fet grava més pregonament aquests fets indesitjables a la memòria i no elimina el mal. Abandona't plenament en Déu i refia't de la seva providència que obrarà de la manera més profitosa per a la teva ànima.

– *No parlis del tema amb altres* si no és perquè t'ajudin a fer de la necessitat virtut. Els altres no solen interpretar-ho adientment. Diu sant Ignasi de Loiola: «Si no sentim una

²⁵ Mt 6, 14-15.

²⁶ 1Co 13, 4.

paciència perfecta, tenim una bona raó per plànyer-nos de la sensualitat de la nostra carn, de no ser mortificats i no morir a les coses d'aquest món, com és el nostre deure, en lloc d'acusar els qui ens cobreixen d'insults i d'ignomínia». Arran de Crist al pati d'Herodes, aprèn a suportar honrosament els menyspreus, les contrarietats i les llingües esmolades. La justícia prevaldrà. Déu redreçarà les coses torçades, si no en aquesta vida, al Judici Final.

– *Que la creu sigui font de santificació per a la teva ànima* i no de turment. Ofereix el dolor que hakis de patir en expiació dels pecats – els teus i els dels altres – i en benefici dels qui han estat injustos amb tu.

– *Troba fortalesa i consol en la pregària*. Et cal la gràcia de Déu per a convertir qualsevol dificultat en un mitjà de santedat personal. La pregària t'assegura aquesta gràcia: amb ella pots conquerir qualsevol cosa, i sense ella res. No cal que la teva pregària sigui llarga, sinó breu i concreta. Dedicats temps a resar per allò que convé a Crist i a la seva Església, avui tan perseguida. Prega per contrarestar els mals morals que predominen fins i tot entre els catòlics.

– *Demana la gràcia de la conversió per als qui erren*. Els qui estan en l'error, sempre que no s'obstinin o romanguin totalment cecs, seran duts per la gràcia de Déu, a una comprensió saludable de les seves males obres gràcies a la teva paciència.

– *Practica la devoció de reparació al Sagrat Cor*. Demana-li a Jesús, pacient i sofert Salvador, un esperit tolerant per a tothom. Demana-li la

força per a influir en els altres, primer de tot amb l'exemple, de manera que abandonin els mals hàbits. Demana-li la gràcia de recordar com han estat de pacients els altres amb tu. I, sobretot, demana a Jesús crucificat una comprensió – amb obres i més perfecta – del seu gran exemple de perdó que et permeti aprendre a tenir paciència amb els altres.

LA TEVA COMPASSIÓ ENVERS ELS ALTRES MANIFESTA LA TEVA SEMBLANÇA AMB CRIST

En aquesta vall de llàgrimes les penes són moltes i diferents, i la necessitat reclama ajuda. L'angoixa del sofriment humà commou el cor de Déu i dels seus àngels. «*Que n'és, de bo! Perdura eternament el seu amor*»²⁷, diu la Sagrada Escripura. La misericòrdia de Déu actua constantment alleujant la tristesa que l'home ha portat sobre si mateix i el món que habita.

Sant Pau es refereix a Déu en aquests termes: «*Beneït sigui el Déu i Pare de nostre Senyor Jesucrist, Pare entranyable i Déu de tot consol. Ell ens conforta en totes les nostres adversitats, perquè nosaltres mateixos, gràcies al consol que rebem de Déu, sapiguem confortar els qui passen alguna pena*»²⁸.

Déu t'ha concedit uns dons per ajudar-te a tenir un cor amable. T'ha fet a la seva imatge i semblança, i Ell és amor. En el Baptisme et va

²⁷ 2Cr 7, 3.

²⁸ 2Co 1, 3-4.

infondre, amb la gràcia santificant, les virtuts de la fe, l'esperança i la caritat. En la mesura en què ets fill de Déu, a la teva ànima li resulta fàcil i gairebé natural abraçar amb amor Déu creador. Això és refereix sant Pau quan diu: «*Déu, donant-nos l'Esperit Sant, ha vessat el seu amor en els nostres cors*»²⁹.

Malgrat els estralls provocats en la naturalesa de l'home, aquest segueix conservant en la seva ànima les empremtes de la glòria de Déu. El cor humà tendeix a la sociabilitat i a l'amistat. Estretament unit a aquest anhel hi trobem el desig de no gaudir del plaer i la bellesa en solitari sinó acompanyat. I quan sens aquest desig natural de deixar que els altres participin de la teva felicitat, encara ets més feliç si ho aconseguixes.

Entre tots els dons naturals el més desenvolupat és el de la compassió. Fins i tot els més rudes i esquerps es compadeixen del patiment aliè. Mitjançant aquest instint compassiu, la naturalesa ens empeny tots a ajudar els qui es troben en perill i alleujar el dolor dels qui pateixen. La compassió és un retall sagrat de la primitiva semblança amb Déu amb que Ell, Senyor compassiu i misericordiós, ens creà.

29 Rm 5, 5.

RESPON A LA CRIDA DE LA COMPASSIÓ

El Déu de tot consol vol que els àngels i els homes col·laborin amb Ell en l'acompliment de la seva promesa: «*Feliços els qui ploren: Déu els consolarà!*»³⁰. De la mateixa manera que Déu envià un àngel a consolar el seu Fill quan estava trist fins a la mort³¹, així t'envia a tu a consolar els fills de Déu afligits. «*Us hi encoratgem, germans: amonesteu els desvagats, animeu els temorencs, feu-vos càrrec dels febles, tingueu paciència amb tots. Mireu que ningú no torni a un altre mal per mal, sinó procureu de fer el bé als germans i a tothom*»³².

Déu t'ha donat la facultat de compadir-te, que et fa capaç de reconèixer la súplica de la necessitat silenciosa, i el dolor dels qui pateixen sense paraules. La compassió farà que no passis pel costat dels qui pateixen sense fixar-t'hi i t'empenyerà a ajudar-los. I, si no ho fas, la teva vida serà egoïsta i sense sentit. Si fas el que pots per alleujar el dolor humà, ets servidor de Déu i has descobert una crida meravellosa, perquè estar sempre disposat a servir és l'autèntica vocació dels fills de Déu.

Les següents pautes poden ajudar-te a ser compassiu:

– *Estima el proïsme per amor a Déu.* Això aixecarà la teva amabilitat al pla sobrenatural i, alhora, et farà més generós, diligent i obert.

³⁰ Mt 5, 4.

³¹ Cf. Mt 26, 38; Lc 22, 43.

³² 1Ts 5, 14-15.

– *Procura veure en el proïsme, Jesucrist.* Estimar el proïsme significa estimar Déu en el proïsme: el Senyor s'identifica amb ell i considera qualsevol servei que se li faci com si l'hagués rebut ell mateix. Quan diu: «*Us ho asseguro: tot allò que fèieu a un d'aquests germans meus més petits, a mi m'ho fèieu*»³³, també s'està referint a pensar amb benevolència. El teu lema ha de ser: «Crist en tots!».

– *Mostra interès pels altres.* Interessa't de debò per tot allò que els afecta, segons aconsella sant Pau: «*Alegreu-vos amb els qui estan alegres, ploreu amb els qui ploren*»³⁴.

– *Ofereix consol i pregària* si no pots donar ajuda o consell. Consolar un cor humà és un servei sant i un deure sagrat. Quan el teu cor el mou una compassió sincera, amb poques paraules n'hi ha prou per alleujar el dolor del proïsme.

– *No et resisteixis a acomplir la teva vocació de servei.* Si romans sord al crit d'ajuda, no podràs veure el rostre de Déu. Si negues la teva ajuda, com gosaràs demanar l'ajuda de Déu?

¡Seria lamentable que els cristians, que tots hem de ser àngels de consol, no estiguéssim disposats a oferir-lo! A Crist, que tantes vegades va dir dolçament «*no ploris!*»³⁵, no se'l priva de consol en les hores més fosques. Si de gust consoles d'altres, també tu tindràs un raig de llum i de consol en el teu dolor.

33 Mt 25, 40.

34 Rm 12, 15.

35 Lc 7, 13; 8, 52.

Crist, baró de dolors³⁶, amb el cor oprimat per l'angoixa i la tristesa, és el millor consolador. Ell ens invita tots: «*Veniu a mi tots els qui esteu cansats i afeixugats, i jo us faré reposar*»³⁷.

36 Is 53, 3.

37 Mt 11, 28.

8. DESCOBREIX EL PODER TRANSFORMADOR DELS TEUS PENSAMENTS AMABLES

Els pensaments amables confereixen energia a les paraules i les obres: sense ells no pot haver-hi caritat. Són el motllo on es fon la caritat. El pensament pren forma definitiva en les paraules i en les obres caritatives, sense deixar de ser mai la força que les vivifica, dotant-les de bellesa, de vida i de valor, com en la paràbola de la vídua¹. És l'element més valuós de les grans obres de caritat.

Els pensaments actuen com una força i són una important font d'energia. Fins i tot les poderoses paraules i obres d'amor divines – la paraula per la qual Déu cridà el món a l'existència, a una ànima que compartís la seva felicitat, l'obra meravellosa de l'Encarnació i la mort del seu Fill Jesucrist en la creu – procedeixen dels pensaments amables d'un cor enamorat.

Quan el pensament amorós no les acompanya, les paraules i les obres de caritat estan mortes. I un home que no tingui en el seu interior pensaments amables i plens d'amor – siguin les que siguin les paraules i les obres –, no té caritat i, com diu sant Pau amb plena autoritat, és mort: «*Qui no estima, continua mort*»².

¹ Cf. Mc 12, 41-44.

² 1Jn 3, 14.

ELS PENSAMENTS AMABLES T'AJUDEN A INFLUIR EN ELS ALTRES

De la mateixa manera que l'amor d'una mare atrau el cor del seu fill com un imant poderós, així la persona veritablement amable té una poderosa influència benèfica sobre els altres. Només una persona amable és capaç de jutjar amb justícia i disculpar les febleses. Els ulls amables distingeixen els defectes, però no s'hi aturen: la seva mirada és la d'una mare benèvola que jutja el seu fill estimat amb indulgència i, alhora, molt millor que ho faria un estrany.

Ningú no ha vist amb més claredat la feblesa humana de com ho va fer Jesús amb els seus apòstols. I, tanmateix, quanta paciència va tenir amb el seu esperit mundà i els seus defectes! La font de la seva paciència era l'amabilitat del seu cor que res no podia alterar. Els qui el seguien s'arrapaven a Ell amb una confiança infrangible. La seva persona irradiava amor i escalfava els cors dels qui l'envoltaven. Tot i així, de vegades podia mostrar una fermesa indoblegable. Mai no va dubtar ni feu concessions quan estava en joc la glòria del Pare o la salvació de les ànimes.

Cada vegada que la teva ànima té un pensament amable, és com si Déu veiés reflectit el seu propi Ésser en una semblança silenciosa i sagrada. Un pensament amable és com la imatge del Salvador en la teva ànima. Déu ho contempla i se'n alegra, i beneeix la teva ànima perquè els teus sentiments i forma de pensar s'assemblen molt al seu Cor.

El caràcter és forja en el món dels pensaments i sota la seva influència. Si ets amo d'ells, ets amo de tu mateix. Si has après a dominar-los, domines tot el teu ésser. Si tens un cor amable, les teves paraules i les teves obres també ho seran. Si alimentes més pensaments amables, seràs inevitablement ric en amabilitat: per això és molt important conrear-los.

ELS PENSAMENTS AMABLES EVITEN MOLTS PECATS CONTRA LA CARITAT

La pràctica de pensar amb amabilitat té les seves conseqüències sobre la vida interior, ja que duu a la renúncia d'un mateix. Els pensaments amables et permeten vèncer l'esperit crític i tota la influència que pugui tenir sobre els altres: així sacrifiques el teu èxit quan el tens a l'abast. La victòria sobre un cor orgullós i un temperament antipàtic és el resultat d'un feixuc combat espiritual que, tanmateix, té la seva recompensa, perquè renunciar a un mateix és una font de pau i joia per l'ànima.

Els pensaments amables representen l'ajuda principal per a un control total de la llengua, sense el qual – diu Jaume – tota religiositat és vana³. La bellesa interior de l'ànima manifestada en la teva amabilitat de pensament és més gran que allò que les paraules poden descriure.

Aquesta pràctica t'ajudarà a créixer en la vida interior: obre i aplanar els camins de la pregària.

³ 1Jn 3, 14.

Projecta una llum clara i serena sobre el coneixement de tu mateix i fa capaç de trobar Déu amb facilitat.

Els pensaments amables impliquen el contacte amb Déu i tenen una força especial per a que la seva llum penetri el teu interior. Són la flaire de la criatura per la inhabitació del Creador.

La caritat és la forma més sàvia de veure la vida, perquè s'assembla més a la visió de Déu, tan oposada a una perspectiva mundana i superficial. La perspectiva de Déu no és només la més veraç, sinó l'única veraç. Per això els judicis maliciosos i els prejudicis, els malentesos i les sospites, l'enveja i la gelosia, les paraules desagradables i la calúnnia no arrelaran en una ànima que pensa amb amabilitat. Les antipaties i rancúnies desapareixen, cedeix la tensió en les relacions i les baralles mesquines moren per si mateixes.

Si el teu cor s'acostuma a començar el dia amb pensaments amables, i no amb pensaments egoistes, no tindràs la temptació de negar una ajuda o d'ignorar un favor que et fan. Estaràs disposat a disculpar els sentiments de l'hipersensible, a compadir-te dels que pateixen i a ajudar a resoldre les contrarietats alienes. Si alimentessis en el teu cor la voluntat de perdonar i oblidar, en lloc de judicis temeraris i ressentiments, no et costaria tant tractar amb bonhomia els qui es mostren freds i hostils.

Mantenir la fermesa dels principis sobrenaturals en la vida diària no és fàcil. Cal molta força de voluntat per dominar els pensaments d'odi, d'egoisme i de malfiança que surten en el teu interior, i per transformar-los en

pensaments amables i positius. Cal la gràcia de Déu i molta autodisciplina per fer realitat l'ideal expressat en paraules de sant Pau: «*Revestiu-vos, doncs, dels sentiments que escauen a escollits de Déu, sants i estimats: sentiments de compassió entranyable, de bondat, d'humilitat, de dolcesa, de paciència*»⁴.

Acostuma't a interpretar amb benvolença tot el que sentis i vegis, i a pensar amablement de totes les persones vers les quals dirigeixes els teus pensaments. Això et permetrà viure una vida nova en un món nou.

Pots comparar-lo amb l'estat que tindràs al cel: un dels trets principals serà l'absència de rancúnies i crítiques, amb pensaments reblerts de tendra amabilitat. Per això, si els conrees, t'estàs preparant per anar al cel; te l'estàs guanyant. Per la gràcia de Déu, imites en el teu pensament els trets del Pensament Diví en els quals hi poses l'esperança: els judicis compassius, les interpretacions favorables, els pensaments benèvols i una tolerància indulgent.

Pensar amb amabilitat significa pensar molt en els altres d'acord amb un ideal diví: l'ideal de la caritat. Endolcint la font dels teus pensaments desfàs l'amargor dels teus judicis. I, si ets habitualment amable de pensament per motius sobrenaturals, hauràs avançat molt en el camí vers la santedat.

⁴ Col 3, 12.

ELS PENSAMENTS AMABLES PROMOUEN LA PAU

Qualsevol cosa que l'home desitgi o faci, ho fa per assegurar la pau. El rostre de l'home s'enfosqueix, el seu treball s'entrebanca i se li torna trista la vida sempre que està en conflicte amb ell mateix, amb Déu i amb el proïme. Però una vegada recuperada la pau que havia perdut, el seu rostre irradia, l'esperit ressuscita i el cor s'omple de joia de viure. La pau del món sobrenatural neix en el mateix cor de Déu. La més gran felicitat que ens té preparada és una pau eterna, «la pau ... que sobrepassa tot el que podem entendre»⁵. La casa eterna dels fills de Déu es diu Jerusalem, és a dir, «Ciutat de Pau».

Crist ha dit: «*Feliços els qui treballen per la pau: Déu els anomenarà fills seus!*»⁶. La paraula que empra el Senyor quan pronuncia les Benaurances fa esment no només dels qui estimen la pau, sinó dels qui la fomenten. Aquest és un dels deures més meravellosos de la caritat cristiana.

Per tal de conservar la pau del teu cor, has de treballar els pensaments amables, origen de les paraules i les obres amables, que duen la pau al cor dels homes. Com més gran sigui el teu amor a la pau, més pacífic seràs. La pau no s'aconsegueix amb la llengua: és la persona sencera que la fa possible. Quan no s'està en harmonia amb Déu, l'obra de caritat més bonica és reconciliar-se amb

⁵ Flp 4, 7.

⁶ Mt 5, 9.

el Creador. Aquest món en guerra només pot recuperar la pau amb la caritat cristiana.

Si ets realment amable, procuraràs no malmetre la pau de l'altre. Preferiràs renunciar a drets insignificants, suportar petites imposicions o lleus greuges, fer-te el sord a un comentari injust o abstenir-te dir l'última paraula per no començar una baralla. I molt menys alteraràs la pau en assumptes que no t'afecten. No insistiràs en la conducta del que explota egoïstament els altres i evitaràs atiar els uns contra els altres. Quan sentis algú que malparla d'un absent, no ho explicaràs a l'interessat, perquè no és bo alterar l'harmonia que hi ha entre dues persones.

La teva pobresa espiritual potser no permetrà que igualis el poder i la influència del sants com a bastidors de pau. Si només aconsegueixes unir-ne i reconciliar-ne alguns d'homes, també tu seràs de veritat fill del teu Pare Celestial i la teva recompensa serà sentir-te cridat «benaurat» pel mateix Crist.

Diu santa Margarida Maria: «El Senyor desitja que siguem molt caritatius amb el proïsme, per a qui hem de pregar tant com per nosaltres; un dels efectes típics d'aquesta devoció [al Sagrat Cor] és reconciliar els cors i dur pau a les ànimes».

L'amor veritable se sentirà sempre urgent a comunicar alegria, a ser «donador» d'alegria. La humanitat necessita alegria. Avui pateix especialment la seva manca i cap de les seves sorolloses diversions amaga o acaba amb la tristesa. La caritat autèntica se sent sempre empena a respondre a la fam d'amor de les ànimes dels homes.

ELS PENSAMENTS AMABLES MAI NO DEIXEN DE DUR ALEGRIA

És possible que les teves obres siguin excel·lents, però no trobaràs la felicitat si no estan inspirades per l'amor. Un sol pensament d'amor pot dispersar les boires del descoratjament, la infelicitat o la tristesa; però si els teus pensaments són amables, sense dubte ets una persona feliç.

Els pensaments amables donen llum i alegria; primer t'omplen a tu d'alegria, i després als qui t'envolten. Ningú ho deixa de notar. Potser els altres la vegin en el teu rostre, en el teu esguard o la sentin en el to de veu, i siguin capaços de sentir i reconèixer l'amabilitat que alegra els seus cors.

Per transmetre l'alegria a d'altres, abans l'has de tenir. En el cor de Jesús hi va haver una gran alegria, malgrat la tragèdia i la tristesa que van marcar el seu pas per aquest món. El dia abans de la seva mort digué: «*Us he dit tot això perquè la meva joia sigui també la vostra, i la vostra joia sigui completa*»⁷.

La teva religió, l'autèntica religió de l'alegria, t'ajuda a proporcionar aquest goig. Déu és la font de tota alegria. Mitjançant la pregària i els sagraments t'apropes a Ell. Obté l'alegria del cor de Déu i després del teu cor passa-la al dels teus col·legues en la feina diària. Quan entris a l'eternitat, et sorprendrà comprovar el meravellós regne de joia que pots haver bastit en la terra al teu voltant gràcies a coses menudes.

⁷ Jn 15, 11.

I si fos que ningú advertís les perles de pensaments amables que amaga el teu cor, i ningú se n'alegrés, Déu, que ho sap tot i que és en si mateix un pensament etern d'amor, els veu i gaudeix amb ells. Quan acarones un pensament amable, és com si Ell veiés reflectit el seu Ésser en una silenciosa i sagrada semblança, tal com es reflecteixen les estrelles en un estany cristal·lí.

L'essència de l'amor es fonamenta en la unitat, i la unió amb Déu i amb el proïsme porta la joia. L'amor de Déu és una font incomparable de goig. Tota la bellesa del món és un do per fer-nos gaudir. El sentiment de la proximitat de Déu és un regal que concedeix a les seves criatures. L'amor de Déu i l'amor humà són benediccions vessades sobre el món per fer-lo una bestreta del Cel.

Sol ser fàcil dur alegria al cor d'un altre. Només cal bona voluntat, un esforç mínim per al bé del proïsme, fer un regal amb afecte, poques paraules i, de vegades només un somriure.

L'amic s'alegra amb la presència de l'amic, però l'amor és capaç de transcendir el temps i l'espai, i produir una proximitat espiritual quan no hi ha presència física. El cor que estima Déu gaudeix de l'alegria en aquesta vida. Déu duu el seu amor a l'ànima en una íntima unió plena de goig. En la Visió Beatífica aquest goig serà allò que *«cap ull no ha vist mai, ni cap orella ha sentit»*⁸.

8 1Co 2, 9.

ELS PENSAMENTS AMABLES ET PERMETEN PARTICIPAR DEL BÉ QUE FAN ELS ALTRES

Déu ens fa uns dons, i regala uns talents i imposa uns deures no només per al nostre bé i felicitat sinó perquè també se'n beneficiïn els qui els comparteixen amb nosaltres. Ningú no pot viure sense l'ajuda dels altres. Només un home omnipotent podria viure sense els talents aliens. I ja que ens necessitem els uns als altres, i el treball dels altres, aquesta necessitat ens ha d'unir més.

No tots els membres de la família de Déu poden ser sacerdots o religiosos. No tots poden casar-se. No tots posseeixen un do especial per servir en el celibat a Déu i als homes. Tanmateix, sacerdots, religiosos, casats i solters, són necessaris en la família de Déu: una família a la qual li calen homes que pensin, que facin projectes i que manin, però també homes que facin el treball físic. Aquesta necessitat mútua ha de portar-nos a sentir agraïment i estima per la feina de tots els qui depenem d'algú altre. Aquesta és la raó de les paraules del salmista: «*Que n'és, de bo i agradable, viure tots junts els germans!*»⁹.

En el fons tots tenim una mateixa vocació. Sant Pau ho expressa així: «*El que jo demano és que arribeu a ser purs i sense ensopecs el dia que Crist ha de venir, plens dels fruits de justícia que rebem per Jesucrist, a glòria i lloança de Déu*»¹⁰. Aquesta és la finalitat de tota criatura.

⁹ Sl 133, 1.

¹⁰ Cf. Flp 1, 9-11.

La vocació de la teva vida consisteix a fer bé la teva tasca. Una vegada hàgim après a veure la voluntat de Déu en el seu disseny, serem conscients del fet que l'ofrena de la vida d'una secretària pot ser tan agradable a Déu com la d'un metge o un sacerdot.

Les bones accions dels altres són teves als ulls de Déu si, quan t'adones d'elles, les hi ofereixes amb una pregària i bons desitjos. Cooperes a l'obra de Déu quan desitges el bé del proïsme, quan implorés la benedicció sobre la seva feina, i t'alegres dels seus èxits i en dones gràcies. Comprendràs com n'has estat de cec en no entendre fins on arriben les conseqüències d'una paraula d'ànim, d'una mirada amistosa, o d'un detall d'amabilitat. El bé que facis d'aquesta manera rebrà més recompensa que cap altre, ja que és totalment desinteressat.

Tot i que no sigui possible dur a terme determinades obres de caritat, la teva ànima és un jardí on hi pots plantar les formoses flors dels pensaments amables. Sobretot a la pregària, on la gràcia actua amb més eficàcia ajudant els teus esforços, intenta arrencar qualsevol record amarg, qualsevol judici temerari, sospita o pensament de rancúnia i d'ira, i planta en el seu lloc, en el sòl fèrtil de la teva ànima, nobles sentiments de caritat. Acarona amb cura aquests pensaments per tal que puguin créixer i impregnar el teu dia amb la seva flaire. Intenta omplir amb ells tota la vida present, i així no només faràs bé als qui t'envolten, sinó que compartiràs el que fan els altres.

Col·labora amb els teus col·legues. En totes les relacions que mantinguis han de destacar els teus bons principis i la teva justícia. Ja que les maneres i els mitjans per assolir un fi són variats, prescindeix de la teva opinió, allí on no es violi la llei, per deferència envers els altres: això és un renúncia heroica. Mitjançant el teu amable interès pel treball dels altres i la teva generosa col·laboració amb ells, t'associes a les seves obres i les comparteixes en la comunió del Cos Místic de Crist.

La unió amb Déu i amb el proïsme porta la pau, perquè tenir la caritat vol dir que tots els teus desitjos i inclinacions estan dirigits a Ell. En el teu cor no hi ha el ressentiment dels conflictes domèstics, ni cap falta d'harmonia conscient que pertorbi la quietud de la pau. Entre Déu i tu hi ha una unitat de voluntats que et preserva de les discòrdies d'aquest món. Però continua havent-hi aquest sant temor que et duu a fugir del pecat i del judici diví. Aquest temor no et treu la pau. I l'amor que et lliga al proïsme per amor a Déu és garantia d'una harmoniosa col·laboració en la recerca del bé.

Viure en pau amb els teus semblants és conseqüència de la caritat, la prova que estimes el proïsme com a tu mateix, que respectes la seva voluntat tant com la teva i estàs disposat a unir les dues a costa de la teva renúncia. D'aquesta manera, no només preserves la pau de la teva vida, sinó que marques amb claredat el camí vers la pau en el cor dels altres.

Tu pots ser un dels promotors de la pau als quals Crist es refereix quan diu: «*Feliços els qui*

treballen per la pau: Déu els anomenarà fills seus!». Sant Pau exhortava els primers cristians a «*conservar la unitat de l'Esperit amb el lligam de la pau*»¹¹. I deia també: «*viviu en pau, i el Déu de l'amor i de la pau serà amb vosaltres*»¹².

¹¹ Ef 4, 3.

¹² 2Co 13, 11.

9. LLIURA'T PLENAMENT A LA VERITAT

La font més gran de conflictes és el mal ús de la llengua. Quan està esperonada per la ira, l'urc, o la manca de caritat, la llengua de l'home té la capacitat de convertir-se en una eina molt esmolada i feridora. El seu control estricte pot acabar amb les friccions i evitar problemes.

El vuitè manament - «no diràs fals testimoni ni mentiràs» - es refereix a la celebració dels judicis en un marc de rigorosa justícia d'acord amb la llei. A més de prohibir el fals testimoni sota jurament contra algú davant d'un tribunal de justícia o en qualsevol altre lloc, prohibeix també mentir i lesionar de paraula o d'obra la fama o l'honor del proïsme mitjançant la maledicència, la calúmnia o la injusta revelació de secrets.

L'autèntic mal de la mentida es troba en l'abús del poder de la paraula que Déu ens ha concedit per a expressar el nostre pensament. Quan dius mentides, perverteixes aquest poder en el mateix acte de parlar. Si vols conformar-te a la naturalesa que Déu t'ha donat, tens l'obligació de dir la veritat.

Mai no és lícit abusar del poder de la paraula, sigui el motiu que sigui. Tothom està obligat a dir la veritat en qualsevol ocasió i circumstància, però no està obligat a expressar-se en qualsevol ocasió o circumstància: hi ha moments que s'ha d'estar en silenci, si bé es pot mantenir un secret sense necessitat de mentir És legítim negar-se a dir la veritat a algú que cerca una informació sense cap dret. Quan hakis de guardar un secret, pots fer ús d'una expressió que manifesti una veritat encoberta, i, alhora no la reveli plenament a qui escolta. Tanmateix per fer sevir una restricció mental tan àmplia hi ha d'haver una raó suficient: és més, només es pot utilitzar si l'oient no té dret a la informació que vol obtenir. Una cosa és negar-se a expressar de paraula la veritat, i tot una altra expressar de paraula una mentida¹.

L'exageració és una forma de mentida: una de les més habituals és la inspirada per la vanaglòria. Algú pot donar la impressió que la seva vida està plena d'èxits. Una altra forma d'exageració és la del qui dramatitza les seves relacions. Però la més maligna i perillosa és la que ataca la fama del proïsme.

Si tens tendència a exagerar, els teus amics desconfiaran de tu i fins i tot potser t'agafin antipatia. Els qui et coneguin s'ho pensaran dues vegades abans de concedir-te un lloc de responsabilitat. La lleugeresa en l'ús de la veritat

¹Sobre el dret a legítima defensa i la restricció mental, vegeu, per exemple: Ferran Blasi, *Harmonies i contrapunts*, Edicions Rondes, Barcelona 2017, *Legítima defensa en matèries penals o assimilades*, pp. 21-23.

pot provocar un gran dany entre els qui encara no coneixen la teva feblesa. Si ets propens a l'exageració en el parlar, examina allò que dius i intenta eliminar qualsevol rastre d'aquest costum.

EVITA SER PRESUMPTUÓS

Presumir és una forma de mentida. Ets presumptuós si aparentes ser el que no ets per impressionar, per donar-te importància o per suscitar admiració. Es tracta d'una manifestació de vanitat. O bé exageres la teva posició o els teus èxits, o bé t'inventes coses sobre tu mateix que facin una impressió favorable. És ser vanitós convertir una persona important a qui només coneixes en un amic íntim, vantar-se d'un passat brillant en bona mesura fictici, o esmentar constantment noms de persones influents properes a tu.

La millor manera de desarrelar aquest hàbit consisteix a conrear la senzillesa i la humilitat. T'has de convèncer d'aquesta veritat: ets allò que ets davant de Déu, ni més ni menys. No canviïs el teu estatus, ni als ulls de Déu, ni als dels homes, capgirant les paraules: aquestes mentides, al contrari, et rebaixen als ulls de Déu i dels homes.

La hipocresia és el fet o el costum d'aparentar que ets o penses una cosa quan en realitat ets o en creus una altra. Practiques una hipocresia religiosa si pretens ser un catòlic devot i sincer i, tanmateix, en la teva vida privada admets alguna

mala conducta com l'adulteri, l'anticoncepció o la corrupció en temes polítics o de negocis.

Practiques una hipocresia social quan t'aprofites de la confiança d'un altre, actues com si el teu únic interès fos donar consol o consell, li treus secrets de la seva vida privada i després uses aquesta informació per ferir el qui t'ha fet la seva confiança; o quan fingeixes un interès altruista per empènyer una bona causa – caritativa, religiosa o solidària – amb intenció d'utilitzar la causa en el teu profit.

Practiques una hipocresia professional quan en l'administració pública o en l'empresa denuncies algun mal que tu també comets, o si et queixes de perdre diners, quan estàs obtenint beneficis injustos.

No és hipocresia ocultar o reprimir l'antipatia o el ressentiment, sinó que practiques la virtut quan els domines tant en presència dels qui et causen el rebuig, com si no hi són.

No callar quan la veritat és atacada i la caritat ferida, o quan estan en joc qüestions importants de la vida, és un acte bo i valent. No callar quan l'únic que està en joc són el sentiments d'un altre és una baixesa i una roïndat. Donar la teva opinió amb franquesa és molt bo, però pot dur massa lluny. No és cap virtut expressar totes les antipaties que et passen pel cap. Moltes vegades és qüestió de virtut estalviar als altres el mal que pots fer si expressessis lliurement la teva opinió.

Confondre el tacte amb la hipocresia duu a molts fets també viciats com la maledicència, la deslleialtat, l'odi i la venjança. No hi ha cap hipocresia en l'amabilitat, la bona voluntat, la

caritat i el perdó, tot i que aquestes virtuts siguin totalment contràries a allò que dicten els sentiments i les inclinacions.

En general, les mentides que es diuen en broma o per obtenir algun benefici són pecat venial; les que es diuen per fer mal poden ser mortals o venials, segons el mal causat. A l'escola no està bé respondre evasivament a les preguntes d'un examen: en fer-ho, menteixes simulant uns coneixements que no tens.

El vuitè manament abasta la virtut de la veracitat. Implica dir exactament allò que hi ha en la teva ment. La paraula és la imatge del pensament: la veritat equival a la imatge autèntica. La veracitat és imatge de la Veritat Divina. Déu és veritat i Satanàs el pare de la mentida². Jesús ha dit: «*Jo sóc el camí, la veritat i la vida*»³. I diu també: «*Tots els qui són de la veritat escolten la meua veu*»⁴. Com a deixeble de Crist, tu pertanys a la veritat i demostres la teva sinceritat amb el teu amor envers ella i el teu avorrició de la mentida.

PRESERVA EL BON NOM DELS ALTRES

Una persona comet un pecat de maledicència quan, sense una bona raó, fa conèixer defectes aliens ignorats pels altres.

El vuitè manament de la llei de Déu ens demana dir la veritat en tot, però especialment en

² Jn 8, 44.

³ Jn 14, 6.

⁴ Jn 18, 37.

allò que es refereix al bon nom i a l'honor dels altres. La fama és l'estima que té algú entre els seus semblants i la confiança que hi neix, i pot referir-se tant a les seves qualitats morals com intel·lectuals. La confiança mútua, basada en el respecte mutu, és el fonament de la pau entre els homes: sense ella, el dubte, el recel, la sospita i la maldat mostren el seu rostre més desagradable.

La fama d'una persona és la seva possessió més valuosa. Diu l'Escriptura: «*És millor bona fama que grans riqueses*»⁵. Tothom té dret al seu bon nom, i aquest dret pertany també a qualsevol grup de persones: la família, les empreses, les organitzacions socials, una ciutat o una nació. És un dret que es conserva mentre no es facin públics els seus defectes: envair-lo és una injustícia. El prestigi pateix un dany no només quan és causa un mal a la seva fama, sinó també quan s'exageren els seus defectes. Per això, el fet de conèixer les febleses d'un altre no justifica fer-les públiques; saber que allò que es diu és cert no eximeix de culpa el fet de parlar-ne injustament i sense tenir cura de la caritat.

El nostre Salvador va dir als qui volien apedregar la dona agafada en adulteri: «*Aquell de vosaltres que no tingui pecat, que tiri la primera pedra*»⁶. Els sants sempre són molt compassius: procuren per tots els mitjans salvar la reputació del proïme. Cal seguir el seu exemple.

Hi ha circumstàncies en què es pot revelar una falta aliena: per exemple, en defensa d'un mateix

⁵ Pr 22, 1.

⁶ Jn 8, 7.

o d'un altre quan s'ha rebut un tracte injust. Tanmateix, aquesta revelació s'ha de fer davant de qui està autoritzat a conèixer-la, ja que l'objectiu és corregir la falta. Si saps un mal costum d'un noi del barri, has d'informar els pares, però no els veïns. El Senyor ens ensenya a corregir el qui erra i, si això no serveix de res, a parlar amb els qui tenen el deure i el poder de corregir⁷.

El mal causat per la maledicència pot ser molt gran. Segons sant Tomàs, els pecats contra el proïsme ha de ser jutjats «pel dany causat». Els teòlegs catòlics sostenen, amb sant Tomàs, que «es tracta d'un pecat que degut a la seva naturalesa s'ha de considerar greu». Quan comentes els defectes del proïsme, li estàs fent un mal; i, com millor és la seva fama, més gran el mal. Minva l'estimació dels qui el coneixen, per tant li treus renom.

Si abans la confiança dels seus amics era per a ell un motiu d'alegria i d'ànim en la seva feina, ara el recel dels altres el desanima i entristeix. Comença a perdre confiança en ell mateix i en el que fa: pateix una mena de paràlisi mental. Moltes vegades el seu zel per ser virtuós minva, perquè el seu bon nom era un incentiu poderós per demostrar que n'era mereixedor. Ara aquest incentiu ha desaparegut.

La seva influència estava basada en bona part en el respecte que els altres li tenien. Quan aquest respecte es veu malmès, es fereix greument la seva feina i el crèdit necessari per a guanyar-se la

⁷ Cf. Mt 18, 15-17.

vida i estar en pau amb els altres. La ferida és més gran si la persona afectada té una posició d'autoritat. El mal causat pot ser irrecuperable.

Possiblement no sigui tan dolent pegar algú o privar-lo dels seus béns com minvar la bona opinió que se'n té, d'ell, perquè és propi de l'home agafar-se al seu honor amb més tenacitat que no pas a qualsevol altre bé material.

NO ESCOLTIS LA MALEDICÈNCIA

Escoltar voluntàriament com es malparla d'un altre o animar qui ho fa és compartir el seu pecat. No hi hauria tantes persones que parlin del defectes aliens si no fos perquè hi ha persones disposades a escoltar-les. Qui malparla converteix el qui ho escolta en portador d'un missatge del mal, i qui escolta indueix el qui parla parant-li atenció. Això explica les paraules de sant Bernat⁸: «És difícil dir què és pitjor: ofendre de paraula o escoltar al qui ofèn».

La naturalesa peculiar de la maledicència fa que molts dels qui eviten amb molta cura tots els altres pecats adopten envers aquest una actitud despreocupada i inconscient. En general no es perceben les seves conseqüències. En altres pecats, com la luxúria, l'embriaguesa o el robatori, els seus efectes són palesos, o bé els notem a l'ànima, que ens obre els ulls i ens posa a l'aguait. Amb les paraules contràries a la caritat no passa el mateix: el seu ressò mor tot seguit i

⁸ Es refereix segurament a sant Bernat de Claravall (1090-1153).

qui les diu ben aviat les oblida. No veiem com es transmeten, obrant el mal i produint un greuge. D'una altra banda, de vegades es presenta disfressada de virtut i de lleialtat al deure. Diu sant Francesc de Sales: «El qui pugui desterrar d'aquest món la maledicència, haurà foragitat una part important dels seus pecats i iniquitats».

LA CALÚMNIA ENRUNA AMB LA MENTIDA LA FAMA DE LES PERSONES

Una persona és culpable de calúmnia quan, dient mentides, fa mal el bon nom d'un altre. La Llei de Déu ens mana estimar el proïsme i tenir-li el respecte que li és degut. Diu sant Pau: «*Doneu a cadascú allò que li deveu: ... reverencieu a qui pertoca, respecteu a qui heu de respectar*»⁹.

La calúmnia consisteix a acusar un altre de faltes que no ha comès. Els mals que se'n deriven són innombrables. Les paraules calumnioses acostumen a ser ben rebudes i corren de boca en boca, arruïnant la reputació de les seves víctimes i fent de vegades un mal important també en qüestions temporals. És un pecat contra la justícia, la caritat i la veritat, perquè vulnera no només la honra deguda, sinó també la que hom s'ha guanyat justament amb un caràcter i una conducta rectes.

La calúmnia és un veredict de culpabilitat que es pronuncia en absència de l'acusat, a porta tancada i sense la defensa ni l'apel·lació d'un

⁹ Rm 13, 7.

jutge imparcial i objectiu. És la revenja d'un covard. Quan es calúnnia, sempre hi ha dos implicats a fer el mal i només un qui el pateix. Qui calúnnia fa mal a l'absent; qui dóna crèdit a la calúnnia abans d'esbrinar la veritat està igualment implicat. L'innocent rep un dany doble: el de qui difon la mentida i el de qui admet la calúnnia.

La calúnnia oprimeix el seu autor amb el pes terrible del seu secret: la misèria secreta de la mentida. O bé té el risc d'ésser exclòs de la societat si se sabés la mentida, o bé carrega amb el pes d'inventar-ne de noves per a ratificar la primera. I, per sobre de tot, comporta la mort eterna: la mort als ulls de Déu i de totes les persones de bé.

Exagerar les faltes d'un altre, o donar per cert el que és dubtós, també té a veure amb la calúnnia. Les paraules «diuen que» serveixen com a introducció a les mentides més verinoses.

Potser és aquí on millor s'aplica la paraula de Déu quan diu que la seva ira s'aixecarà sobre «*l'home que enemista els germans*»¹⁰. Això és cert també cada vegada que ens permetem parlar – ni que siguin les coses més inofensives – duts per un senzill xafardeig ociós; però és molt pitjor si les paraules contràries a la caritat responen a passions ocultes, a una animadversió personal, a l'enveja, al desig de venjança o la pura hostilitat.

L'home envejós s'entristeix davant el bon nom o l'èxit que uns altres tenen i procura malmenar l'honra del proïsme perquè és conscient de la

¹⁰ Cf. Pr 6, 19.

seva inferioritat. L'home que odia aprofita qualsevol ocasió per fer malbé l'honra del proïme, infligint-li almenys una ferida social. De vegades és *fer safareig* el que causa un mal a l'honor.

Insistir constantment en els mateixos pensaments nocius va encegant de mica en mica el nostre judici sobre la nostra conducta i motius. Passa força sovint que aquestes opinions negatives duguin a qui les té a creure-les, fins i tot en contra del seu coneixement cert. Sant Gregori¹¹ ho explica amb aquesta metàfora: «Quan ofenem els altres, què fem sinó escampar per l'aire una pols que ens encega i no ens deixa distingir la veritat tant més com pitjor parlem d'ells?».

LA MALEDICÈNCIA EXIGEIX RESTITUCIÓ

Abans de rebre el perdó per la maledicència, s'ha de restaurar la justícia, almenys d'intenció. L'obligació de desfer el mal causat no desapareix ignorant-lo. Si has robat quelcom al proïme, has de retornar-li-ho. Si injustament has causat un mal als seus béns, l'has de reparar. Si has pecat arruïnant el seu bon nom, estàs obligat a restituir-lo. Com més gran sigui el mal, més esforç hi has de posar a desfer-lo. Déu no perdona un pecat contra la justícia només perquè li ho demanem, sinó que espera una restitució.

¹¹ Es refereix segurament a sant Gregori I (c. 540-604), papa.

El pitjor de la calúmnia i la maledicència és que el mal gairebé mai no pot ser compensat. Un pot retornar el diner robat, però la calúmnia és pràcticament irrevocable. Un cop s'ha pres l'honor, aquest resta mutilat o mort. Allò que avui dius a l'oïda d'una persona, passada una setmana ja ha corregut i és impossible aturar-ho. I quan fas un comentari davant de molta gent, es propaga en moltes direccions i no pots encalçar-lo. En aquest sentit, qui fa un pecat de calúmnia i la seva víctima es troben igualment inermes.

Tot i que aquesta restitució serà difícilment adient, l'esforç que fas ha de ser proporcionat. Si has dit mentides d'un altre, has de fer saber que allò que vas dir era fals. Si has revelat un defecte ocult, has d'intentar contrarestar el mal parlant bé de la persona. La dificultat de reparar t'obliga a estar a l'aguait contra tot el que pugui exposarte a cometre una falta greu.

El 30 de maig de 1431, a Ruan, Joana d'Arc¹² fou cremada a la foguera acusada d'heretgia. La seva història no acabà amb l'execució, sinó en una solemne cerimònia de canonització el 16 de maig de 1920. El mèrit és de la seva mare, Elisabet d'Arc, qui reivindicà la seva filla davant de papes i reis.

Els esforços que Elisabet féu durant vint anys van produir la rehabilitació de la seva filla davant els tribunals. El judici va durar sis mesos i es tancà amb la total vindicació de Joana.

El que probablement dugué a la seva injusta execució foren els pecats de maledicència i

¹² Santa Joana d'Arc (1412-1431), heroïna cap de l'exèrcit francès contra els invasors anglesos.

calúmnia. La seva mare s'encarregà de reparar el mal causat al bon nom de Joana. Fou la mateixa Església qui ho va fer durant el judici de rehabilitació celebrat el 1456 i en la canonització al 1920.

L'ESCRITURA CONDEMNA LA MALEDICÈNCIA I LA CALÚMNIA

L'Antic i el Nou Testament ens adverteixen sovint de la dolenteria de la maledicència i de la calúmnia. Al Siràcida es llegeix: *«Maleïts els murmuradors i els qui van amb hipocresia! Han fet que es perdés molta gent de pau. Les males llengües han destrossat molta gent i els han fet fugir de país en país... Qui fa cas de les males llengües no trobarà repòs ni viurà tranquil enlloc. Un cop de fuet et deixa una ferida, però un cop donat amb la llengua et trencarà els ossos. L'espasa n'ha fet morir molts, però no tants com n'han fet caure les males llengües. Feliç el qui està a cobert dels seus cops i no ha provat el seu furor, que no ha hagut d'arrossegar el seu jou ni ha estat lligat per les seves cadenes! Perquè el seu jou és de ferro, i les seves cadenes, de bronze. La mort provocada per les males llengües és una mala mort, encara que val més ser mort que viure en un infern»¹³.*

Sant Pere diu: *«Ja que heu renunciat a tota maldat, a tot engany i a tota mena*

13 Si 28, 13-14; 17-21.

d'hipocresies, enveges i murmuracions, deliuvos per la llet pura de la Paraula»¹⁴.

I Jaume considera que cal advertir els primers fidels: «*Germans, no malparleu els uns dels altres. El qui malparla d'un germà o el judica, malparla de la Llei i judica la Llei. I si tu judiques la Llei, en comptes de ser-ne complidor te'n fas jutge. Ara bé, de legislador i de jutge n'hi ha un de sol: el qui pot salvar o pot fer perdre. Però tu, qui ets per a judicar els altres?»¹⁴¹⁵.*

Ja que el manament de Crist d'estimar-nos els uns als altres és absolut en matèria de caritat, d'això es conclou que el qui té l'hàbit de destruir la fama d'altres no és amic de Déu, sigui quina sigui la seva aparença externa de pietat. Segons el judici de Déu, es podria considerar que aquesta persona no és ni cristiana: «*Tothom coneixerà que sou deixebles meus per l'amor que us tindreu entre vosaltres*»¹⁶.

Si ets un autèntic deixeble de Crist, envolta't d'una atmosfera veraç que no deixi que caiguis en els paranys de les converses en societat. Només on hi ha la veritat hi ha caritat, i on hi ha caritat hi ha cristianisme.

NO REVELIS UN SECRET SENSE UNA BONA RAÓ

Un secret és una informació que no pot ser revelada sense faltar a la justícia i a la caritat. El

14 1P 2, 1-2.

15 Jm 4, 11-12.

16 Jn 13, 35.

dret a la confidencialitat és un dels més fonamentals, necessaris i valuosos.

Tots tenim dret a mantenir oculta una informació continguda en un secret: en primer lloc, perquè aquesta informació es refereix a pensaments i accions privades, en els quals ningú no ha de xafardejar; i en segon lloc, perquè protegir la pròpia vida o béns exigeix aquest secret. Ja que qualsevol persona té dret al seu bon nom, a ningú no li és permès, tret que hi hagi un bona raó, d'indagar en els pecats ocults d'altres ni revelar-los, tot i que siguin certs.

De vegades el bé comú exigeix també guardar secret si la seva violació pot portar a baralles, sospites, malfiança i el fracàs de projectes importants. Si no existís aquesta obligació, els qui necessiten ajuda i consell no rebrien assistència sense córrer el risc de patir perjudicis més grans.

A ningú no li és permès intentar descobrir els secrets aliens amb engany, paranys, violència o altres mitjans il·lícits. Per això és immoral llegir cartes o escrits de caràcter privat, escoltar converses telefòniques, interrogar els infants per indagar assumptes familiars o cercar informació mitjançant preguntes capcioses.

El pecat de violar un secret pot ser mortal o venial. La gravetat dependrà de la classe de secret que sigui, i de la seriositat del mal o contrarietats causades.

El *secret natural* rep aquest nom perquè deriva directament de la llei natural, sense que calgui l'existència d'un acord o promesa de guardar-lo. Aquest secret ens obliga sota pena de

pecat greu si revelar-lo lesiona greument la persona que l'ha confiat, i és obligat sempre per la caritat, i de vegades, per la justícia.

El *secret promès* significa que l'home a qui se li confia promet no revelar-lo. Aquesta promesa es considera de fidelitat, no de justícia. Tanmateix, si ets dipositari d'un secret d'aquest tipus i contraus una obligació greu perquè consideres que l'assumpte és de molta importància, assumeixes la greu responsabilitat de guardar silenci. És pecat confiar o guardar un secret contrari a la llei de Déu.

Un *secret confiat* és aquell en el qual l'obligació de ser guardat procedeix d'un acord anterior. En el cas de secrets professionals com el del metge, o de l'advocat, són acords tàcits. El secret més sagrat de tots és el de la confessió. El sigil sacramental no es pot violar sota cap circumstància.

Escotar d'amagat suposa vulnerar el dret que tota persona té al secret natural. En termes generals, pequem quan intentem assabentar-nos de la conversa d'altres escoltant d'amagat, o bé fent servir algun dispositiu. D'ordinari, és pecat escoltar les converses alienes, tret que estiguem segurs que no es dirà res important.

NOMÉS ÉS POT REVELAR UN SECRET AMB CERTES CONDICIONS

Malgrat això, hi ha situacions en les quals el dret a la confidencialitat es supedita als drets superiors d'altres: per exemple, quan els qui

tenen una conversa conxorxen un mal contra un altre. Per tal que estigui justificat escoltar una conversa aliena amb el mitjans que sigui, ha d'existir una probabilitat real o certa que s'estigui parant un mal, i que sigui greu; i, a més l'escolta s'ha de dur a terme amb l'aprovació de l'autoritat legítima.

Existeixen causes que permeten la violació d'un secret: hi ha ocasions en que és permès descobrir-lo, i revelar-lo. En primer lloc s'ha de comptar amb l'autorització del propietari del secret, que pot voler compartir-lo amb unes persones determinades, llevat que hi hagi raons concretes per no fer-ho. De vegades és possible presumir el seu consentiment, si no es pot anar a obtenir-lo i hom jutja en consciència que l'obtindria en cas de demanar-lo. Com més important sigui la matèria i més probable el mal derivat contra aquesta persona, més difícil serà tenir per donat el consentiment.

En segon lloc, una vegada que un secret s'ha fet públic – per la publicació en un mitjà de comunicació, per exemple –, l'obligació de confidencialitat deixa d'existir, tot i que ni un mateix, ni l'altre persona l'hagin llegit. Però no sempre l'haver-se fet públic autoritza a fer-ne ús. La publicació en una localitat no dóna necessàriament el dret de fer-ho en altres llocs. Pot ser que un hagi perdut la seva reputació en una comunitat i més endavant compensi la seva falta en un altra diferent. La persona que ho sabés d'abans no té dret a publicar el seu passat, destruint la bona fama d'aquesta persona que s'està guanyant des de fa anys.

En tercer lloc, els superiors religiosos i civils tenen dret a saber tot el que cal per acomplir amb el seu deure. Quan pregunten legítimament als qui depenen d'ells, aquests tenen l'obligació de respondre, ja que en aquest cas preval el dret del superior. En general, els superiors no tenen dret a manar que es revelin secrets confiats o professionals, que solen ser més importants que l'obligació d'obeir.

En quart lloc, pots estar eximit de l'obligació de confidencialitat quan cal revelar un secret per evitar un mal contra el benestar social, contra el posseïdor del secret o contra un tercer innocent. Sant Tomàs diu: «No és lícit rebre cap secret contra el bé comú». Ja que el bé comú preval sobre l'interès personal, estem obligats a revelar un secret quan el benestar comú ho exigeix.

És permès revelar un secret per evitar un mal a qui l'ha confiat només si abans se l'ha intentat convèncer que el faci conèixer per a poder rebre consell i ajuda. Si no és així, es pot dir a algú amb capacitat d'ajudar-lo.

En els casos esmentats existeix una raó que eximeix de la confidencialitat. Malgrat això, hem de parar compte en les següents condicions: el secret només es pot revelar en cas que sigui necessari, i només als qui tenen dret a aquesta informació; i també aquells a qui ha estat revelat han d'assumir l'obligació de confidencialitat, i fer-lo servir o revelar-lo només si cal.

Si ets conscient del teu dret a la confidencialitat i et sents agreujat quan algú el viola, sigues conscient i curós amb els drets dels altres, perquè tant en aquest aspecte com a tots

els que es refereixen a les relacions humanes, hem d'observar la *regla d'or* del Senyor: «*Feu als altres tot allò que voleu que ells us facin*»¹⁷.

SIGUES CONSCIENT DE LA DOLENTERIA DE TOTA FORMA DE MURMURACIÓ

La murmuració implica parlar sense necessitat de les faltes i febleses dels altres, i també inventar-les quan són inexistents. Significa analitzar la conducta del proïsme i embolicar-se en una crítica injustificada dels seus motius i en un judici temerari sobre la naturalesa dels seus pecats.

És un dels pecats de la llengua més comuns. S'acostuma qualificar d'inofensiva, cosa que gairebé mai és certa, ja que el seu objectiu és el caràcter d'algú. El caràcter és el que som, i Déu el coneix bé. La reputació és el que la gent diu que som, i la gent diu el que pensa. La teva resposta al que penses d'una persona és la reputació que li atorgues, és a dir, la imatge del seu caràcter.

Revelar el caràcter d'algú equival a aixecar un vel i mostrar el que hi ha al darrere. Hom revela el seu caràcter i es crea una reputació per la manera de parlar i d'actuar. I nosaltres revelem el caràcter d'un altre per la manera com parlem i actuem envers ell.

Murmurar vol dir dibuixar una imatge *falsa* o una imatge que no hi ha dret a dibuixar. No es pot deixar anar una xafarderia amb lleugeresa. El

¹⁷ Mt 7, 12.

manament diví és: «no diràs fals testimoni». La ferida infligida al caràcter, no sempre és letal, però és una ferida. Les ferides sagnen i, tot i que es curin, deixen cicatriu.

La murmuració pot proporcionar també una imatge *justa*, però no deixa de ser murmuració, perquè s'exposa davant dels qui no hi tenen dret. És un error dir res que faci mal a la reputació d'un altre, encara que sigui cert, perquè Déu ens en dóna dret a tots.

Murmurar porta conseqüències nefastes per a l'amistat i la felicitat familiar. L'Escriptura ens diu que «*el calumniador porta a la ruïna*»¹⁸. Una de les benaurances del Sermó de la Muntanya és «*Feliços els qui treballen per la pau: Déu els anomenarà fills seus!*»¹⁹, el contrari pot ser veritat: «Maleïts els qui trenquen la pau: Déu els anomenarà fills del dimoni».

La murmuració, arma covarda, acostuma a ser una roïndat nascuda de l'odi o de la gelosia. El xafarder sempre està ocupat. El seu cor de pedra i la seva llengua sense fre no coneixen pietat, ni es preocupa de les conseqüències.

Hi ha molta gent amb una desmesurada curiositat i una desfermada urgència per donar consell quan no se li demana. Qui és tafaner indaga en qualsevol secret que existeix en el veïnat i l'utilitza com a combustible per a la murmuració, que estén d'una banda a l'altra, de vegades sota la hipòcrita excusa de la caritat o de la preocupació del benestar de la comunitat. D'aquesta manera ha saltat pels aires la reputació

¹⁸ Pr 26, 28.

¹⁹ Mt 5, 9.

de molts i s'ha fet molt de mal. Un dels pitjors exemples és el qui fica el nas en una família per dir-li al matrimoni la manera de «no tenir massa fills», o del que separa els amics amb les seves revelacions, xafardeig i fins i tot amb la calúmnia, fent-se responsable de la hostilitat i les baralles entre amics i familiars.

És sorprenent quanta gent «bona» parla negativament dels defectes del proïsme. Són molt considerats amb els sentiments aliens quan hi són presents, però solen parlar malament a les seves esquenes. Aquestes persones no són dolentes per naturalesa: la seva dolenteria ve només de les ganes de parlar.

La majoria de la gent a qui es pregunta si alguna vegada ha aixecat fals testimoni ho negarà indignada. Tanmateix, ho fa cada vegada que el tema de conversa durant un cafè, una trucada o una visita gira al voltant d'una xafarderia sense fonament. No hi ha res que contribueixi tant a la infelicitat i als conflictes dins d'un veïnat com el *safareig* irreflexiu.

Alguns dels pitjors pecats de murmuració es cometem dins de la pròpia casa. Els nens senten els seus pares insultar i condemnar de mil maneres el proïsme, denigrant la seva forma d'ésser, parlant de les seves rareses i engrandint les errades, mancances i defectes. No està bé ensenyar als nens a ser xafarders i manefles.

Tot i que en sí mateixa la murmuració no és greu, pot arribar a ser pecat mortal. Per exemple, difondre la història d'un veí que li ha estat infidel a l'esposa significa malmetre greument la seva reputació. Tant si és falsa com certa, se li fa un

mal greu, molt pitjor que robar-li una gran quantitat de diners. El qui serveix d'instrument per a difondre una notícia falsa és culpable d'un pecat greu.

De vegades un pot riure per una xafarderia, i això és perillós quan ofèn els interessos d'una altra persona o afecta la seva honra. La feblesa més inofensiva es pot convertir en un crim en funció de les conseqüències. Una simple xafarderia, quan exposa l'altre a la vergonya, no és motiu per riure, sinó d'indignació.

Dir que et penedeixes d'haver parlat amb lleugeresa no perdona el pecat, perquè no demostra una veritable contrició. La contrició duu a manifestar el penediment, i això es fa intentant per tots els mitjans reparar el mal causat. Si li treus a algú la fama, estàs obligat a retornar-la-hi.

El que anomenem una «xafarderia sense importància» pot traduir-se en maledicència. Si vols que se't perdoni el pecat, has de retractar-te de les teves paraules. Tens obligació d'anar a cada una de les persones que et van escoltar per rectificar les teves afirmacions.

APRÈN A EVITAR LA MURMURACIÓ

Oferim a continuació algunes pistes que poden ajudar a vèncer la murmuració.

– *Mai no diguis res a l'esquena d'una persona que t'avergonyeixi dir-ho a la cara.* Ja que tota murmuració neix d'una part mesquina i egoista

de l'home, hem de controlar-la tot el que sigui possible. A l'interior de cadascú hi ha una certa tendència al xafardeig. Domina severament aquesta inclinació i acabaràs amb molta infelicitat i molts conflictes en les relacions humanes.

– *Aprèn a preocupar-te només dels teus assumptes.* No t'ocupes bé de les teves coses si et fiques en els assumptes privats dels altres sense que t'ho demanin i sense motiu ni intenció de practicar la caritat autèntica; si ets un manefla que intentes interferir en negocis aliens i en les relacions humanes; o si et passes el temps interrogant la gent per descobrir la seva vida íntima. Per una altra banda, hi ha qui es preocupa massa de si mateix, fins excloure la misericòrdia i la caritat, no ajuda ningú i acaba duent una existència centrada en ell.

– *Evita la tafaneria que ofèn els altres.* No facis preguntes incòmodes sobre temes personals, interessant-te, per exemple, sobre la manera que s'ha acabat una picabaralla o quina sigui la situació econòmica d'algú, o pel mal rebut d'un amic desagratit. No actuis com el manefla que segueix el fil de la xafarderia que li ha arribat procurant trobar els qui saben tota la història, i dóna detalls que facin veure que en sap més del que en sap en realitat i reuneix proves de persones diferents. No llegeixis cartes ni documents privats, ja que és una invasió de la privacitat.

Si actues de veritat amb noblesa, sabràs on acaben la caritat, la misericòrdia i el desig d'ajudar, i on comença la intromissió, la

xafarderia i la interferència en els assumptes aliens. Sempre hi ha lloc per la caritat autèntica i la misericòrdia en la desgràcia, i per una mà estesa en l'aflicció. Però la teva caritat ha de ser discreta i prudent, i que no ofengui mai; i, sobretot, mai no et comprometis amb el mal.

– *Evita els murmuradors.* Si ets sensat, evitaràs la companyia dels qui tenen l'hàbit de criticar amb duresa. Fuig del xafarder malintencionat i encegat per l'orgull i la suficiència. Potser et faci la impressió que t'ha fet un favor en explicar-te una xafarderia, però potser quan li giris l'esquena et convertiràs en la seva víctima. Procura que els xafarders no sàpiguen res de tu. I mai els hi diguis els teus secrets.

10. VIU LA CARITAT EN LES TEVES PARAULES

A molts sants els ha dut al cel una paraula d'ànim. Potser moltes ànimes perdudes i privades de la visió de Déu brillarien des de la seva tomba si algú els hagués dedicat una paraula amable en el moment just, o bé si hagués callat una paraula cruel.

La forma més comuna dels pecats d'ira són les paraules aspres o destemperades que diem a crits. Fas un pecat d'ira si empres paraules colèriques cada vegada que alces la veu quan alguna cosa et molesta o fereix els teus sentiments; quan parles amb agror i ressentiment sense pensar què dius; quan dut per la ira utilitzes un llenguatge blasfem, groller, i fins i tot obscè amb intenció d'ofendre o agreujar qui et contradiu; quan acuses un altre sabent que no tens dret a fer-ho; i quan ets rancuniós.

Les paraules irades són més feridores i perverses si van unides a l'insult. Amb la llengua beneïm el Senyor i amb la llengua maleïm els homes fets a imatge de Déu¹. Insultar és un pecat

¹ Cf. Jm 3, 9.

contra la reverència deguda al nom de Déu. Però hi ha un altre motiu per evitar-ho, i és que desperta una rancúnia especial al cor de la víctima. A ningú no li agrada rebre insults: són una ofensa a la dignitat de l'home, i les persones sensibles se senten pregonament dolgudes.

Aquesta mena de paraules causen doloroses ferides difícils de guarir, i de vegades no ho fan mai. Són com ganivetades al cor. Potser massa sovint, dut per una ira irreflexiva o esperit mesquí o envejós, et desfoguis amb uns mots dels quals potser un dia t'hauràs de plànyer amargament.

Tan fàcil és dir una paraula amable com una d'irada, o potser més fàcil, perquè la primera va acompanyada de la consciència del seu valor i del bé que farà; en canvi, amb les aspres i esquerpes hi va la consciència de la seva covardia i dolenteria, i del gran mal que fan.

Amb les paraules iracundes escrius en l'ànima dels homes quelcom que és impossible d'esborrar. Un comentari cruel envers la teva mare restarà gravat en el seu cor i la farà patir: es sentirà dolguda cada vegada que hi pensi. No dedicar una paraula amable a l'amic afligit pot arranar el seu cor, i no hi ha possibilitat d'esborrar aquest record.

El millor remei contra aquestes paraules dures i irades és el silenci. Has d'aprendre a callar quan saps que qualsevol cosa que diguis ferirà algú. Si sents la temptació de la ira, acostuma't a restar en silenci trenta segons i demana-li a Déu paciència: així tractaràs els altres amb serenitat i eficàcia.

L'HUMOR NO HA DE DERIVAR MAI EN BURLA

Una broma inofensiva – una plaseria – és un regal de la caritat per animar i posar alegria en una reunió: esvaeix la tristesa amb un somriure amable. Les bromes derivades per les peculiaritats de cadascú o per circumstàncies gracioses no fan mal a ningú. Encara que facin riure's d'un, infonen vida a moltes festes i ofereixen una vàlvula d'escapament desitjable, i sovint necessària.

Tanmateix, una broma no s'ha de convertir mai en una burla. El sarcasme pot provenir del talent d'algú per l'observació de la vida dels homes i de les seves febleses. Els qui són enginyosos hi cauen amb facilitat, convertint-lo en una mena de professió social que els fa conversadors amens, tot i que de vegades sigui a costa dels altres. És fàcil que faltin a la caritat amb les seves crítiques, o a la justícia revelant un secret. Senten la temptació de dir coses gracioses que no acostumen a ser amables. De vegades se'ls hi troba una dosi d'amargor.

La vista acurada que de vegades tenim pel mal la considerem sentit del l'humor. En aquesta vida, el costum de fer servir el sarcasme, unit al talent per analitzar el caràcter aliè, pot ser origen de moltes faltes de caritat. Es tracta d'un talent difícil de dirigir, perquè costa molt obtenir-ne quelcom que serveixi per a la glòria de Déu.

El sarcasme pot néixer també d'una ànima que no és feliç: quan el cor no té pau, és possible que l'enveja el dugui a ferir els altres. O bé pot venir

del ressentiment. Portat per la ira, el desig de revenja, l'enveja o una maliciosa alegria davant la desgràcia aliena, hi ha qui dirigeix l'esmolada i emmetzinada daga del sarcasme contra el cor del germà per ferir-lo. A la tristesa d'aquest món, que Crist va tastar en els darrers dies del seu pas per la terra, s'hi afegeix la burla.

En ocasions, la ira s'expressa silenciosament en forma d'un sarcasme feridor. Ets sarcàstic quan, dut per la còlera, exageres amb ironia les virtuts de l'altre («tu, per descomptat, ets incapaç d'equivocar-te»); o quan simules una compassió excessiva envers tu mateix («sempre sóc jo el qui ha de cedir»); o quan et refereixes agrament a allò que els altres tenen, i tu podries tenir sense els lligams de la família o la feina («aquí tothom ha de dir quelcom excepte jo, que sóc un esclau»). No hi ha gaires coses que et puguin fer tan desagradable com una autocompassió sarcàstica.

Ni tan sols quan està justificat corregir una cosa mal feta és útil ser sarcàstic: només serveix per a desvetllar una rancúnia profunda.

És voluntat de Déu que respectis la integritat dels teus semblants. No descarreguis les teves burles, ni els menystinguis, ni utilitzis contra ells l'instrument esmolat de la teva llengua.

Gairebé no hi ha res tan dolorós com que es riguin de tu quan no ho pretens. El costum de riure-se'n dels altres revela un caràcter roí i mesquí. Ets culpable d'aquesta falta si te'n fots obertament de les errades alienes per ressaltar com n'ets d'intel·ligent i d'instruït, o com pronuncien una paraula o cometen un error

d'expressió, o s'emboliquen explicant alguna cosa; o si rifant-te d'algú manifestes les teves sospites sobre els seus motius indignes o les intencions que amaguen les seves paraules. Encara que les teves sospites fossin certes (i tres de quatre no ho són), el teu riure serà roí i desagradable.

Qui fa servir l'escarni es castiga a si mateix, perquè li val el menyspreu dels altres. Ningú no respecta ni estima qui fa mal als altres amb les seves burles. Com el respectarà Déu?

Si trenques el cor a algú, fereixes Crist, perquè allò que fas al proïsme li ho fas a Ell. Actues com la colla de criminals que varen vestir el Senyor amb una túnica reial i posaren una canya a les seves mans per agenollar-se davant seu i saludar-lo amb les seves burles: «*Salve, rei dels jueus!*»². És terrible unir-se als qui es mofen de Déu.

Però de Déu no se'n burla ningú. Sobre els qui escarniren el seu Fill, coronat d'espines i clavats a la creu, va caure un càstig terrible. La ignomínia de la creu s'abatí sobre els burletes habitants de Jerusalem. Molts d'ells varen tenir motius per recordar els seus crits: «*Salva't a tu mateix, si ets Fill de Déu, i baixa de la creu!*»³.

El remei contra el sarcasme nascut de la ira és ser humil, trepitjar el propi jo i reconèixer amb sinceritat els teus talents i les teves creus. La persona sarcàstica té un complex de superioritat que només és capaç de guarir la sinceritat de la humilitat.

² Mt 27, 29.

³ Mt 27, 40.

Marca una línia entre la plaseria innocent i l'agudesia desagradable, perillosa i maliciosa que ofèn els sentiments, els principis i la bondat natural dels teus amics. Les bromes que interfereixen en la feina dels altres, o es riuen dels seus defectes físics, o els sotmeten a l'escarni públic, són perverses i ingrates. Si ets culpable d'algunes d'aquestes mostres de crueltat, pren la ferma determinació de no tornar a fer mal conscientment a ningú.

NO FACIS CRÍTICA DESTRUCTIVA

La crítica destructiva és una de les pitjors formes de faltar a la caritat: qui critica, difama, ataca, destrueix i ho arruïna tot. Va en contra de tot i de tot es malfia. És víctima d'un orgull i una enveja amagats: envesteix contra tot el que fan els altres perquè ell no és capaç de fer-ho, o perquè pot restar-li l'estimació dels altres.

Fas crítica destructiva quan t'apresses a vessar una gerra d'aigua freda sobre els plans i projectes; quan ets incapaç de reconèixer que alguna tasca s'està fent bé; i quan no veus ni un sol raig d'esperança en la situació del món. El teu pessimisme no deixa espai a l'esperança i la il·lusió. Encara que només coincideixes una mica amb aquesta descripció, pots acabar convertint-te en una companyia del tot ingrata encara que no expressis en veu alta la teva opinió.

Restar importància a les coses ben fetes, la reputació o la traça dels altres és una de les formes més insidioses que adopten l'orgull i la

vanitat en el caràcter dels homes. Aquest defecte sol anar unit a una pretesa humilitat.

No és igual el costum de menystenir els altres que la discussió rigorosa i crítica sobre els seus mèrits i caràcter. La crítica objectiva, així com l'expressió de l'opinió personal sobre les realitzacions alienes, amplien la ment de l'home.

Infravalores els altres si cerques coses d'ells per criticar en comptes de pensar coses bones per dir; si tendeixes a trobar més defectes d'una cosa com més lloances rep dels altres; si penses que és intel·ligent oposar-te sempre a tot, fent veure que el que t'interessa no és la crítica sincera, sinó atraure l'atenció.

Benjamí Franklin, amb poc tacte quan era jove, va arribar a ser tan diplomàtic amb la gent que el nomenaren ambaixador dels Estats Units a França. El secret del seu èxit era «no parlar malament de ningú, i sí d'allò bo que conec de cada persona».

La crítica destructiva és una *niciesa*, perquè ja en tenim prou per superar les nostres mancances com per preocupar-nos del fet que a Déu no li hagi semblat convenient repartir més equitativament el do de la intel·ligència. I és inútil perquè posa l'home a la defensiva i el duu a justificar-se. Quan estiguis temptat de criticar algú, recorda que la crítica és com els coloms, que sempre tornen a qui els alimenta. Probablement la persona que vagis a corregir i condemnar es justificarà i, al seu torn, et condemnarà a tu. Noranta nou vegades de cent l'home no es critica a si mateix, per molt que s'hagi equivocat. Qui fa

una cosa malament culpa tothom menys a ell. Així actua la naturalesa humana.

Queixar-se és una forma de crítica irada que es manifesta en una constant protesta, en una rancúnia i un ressentiment insistents o en reivindicacions repetides. És un dels senyals infal·libles de l'autocompassió, de la falta d'una sana generositat d'esperit que disculpi les limitacions alienes. Qui es queixa es defensa dient que qualsevol ho faria si hagués de suportar el mateix.

Ets un queixós si, almenys un cop al dia, reivindiques el mateix amb paraules acusadores: o si retreus el pecat comès fa molt de temps cada vegada que hi ha una disputa o un malentès; o si no passa un dia sense que et planyis de quelcom que et desagrada. Si tens tendència a queixar-te, has d'aprendre a ser humil, agraït i clement.

En el tracte amb els altres, recorda que les persones no són criatures de la lògica, sinó de l'emoció, erigides de prejudicis i mogudes per l'orgull i la vanitat. No et permetis la més petita crítica feridora, per molt convençut que estiguis que és justificada. Desvetllaràs un sentiment que pot durar tota la vida.

En lloc de condemnar els altres, intenta entendre'ls. Tots els necis són capaços de criticar, condemnar, i plànyer-se, i la majoria ho fa. Però per ser comprensiu i per perdonar calen caràcter i autodomini.

Procura pensar per què la gent fa el que fa: és molt més profitós que la crítica i fomenta la comprensió, la tolerància i l'amabilitat. Pots acostumar-te a veure primer les coses bones de

qualsevol tasca o activitat i, només després, les seves mancances i imperfeccions. Et faràs un gran favor i el faràs als teus amics si et decideixes a cercar les coses positives que hi ha al món i en les persones, i a parlar-ne de quan en quan. Si Déu no té intenció de jutjar els homes més que a la fi dels dies, perquè ho hauries de fer tu?

APRÈN A EVITAR LES BARALLES

Una baralla és una discussió acalorada amb la qual no vols esclarir res, sinó reivindicar-te o defensar-te. Les petites baralles causen gran part de la infelicitat que existeix en aquest món, especialment en les famílies. Si saps com evitar-les, seràs capaç de dur felicitat on siguis.

Els següents suggeriments potser t'ajudin:

– *No diguis res que pugui enfadar l'altre.* Les baralles sempre tenen a veure amb el caràcter i els seus arguments acostumen a estar inspirats per la ira i l'orgull més que per la raó. Barallar-se iradament és inútil: mai no es convenç ningú de res i només resta un tossut ressentiment.

Faltes a la caritat si quan discuteixes substitueixes la claredat i l'evidència pel volum de veu. Peques contra la caritat si critiques el caràcter d'altri. Demostres la feblesa de la teva personalitat si t'enfrontes als arguments del contrari fent comentaris irònics sobre la seva capacitat de raonar, o manifestes les teves sospites sobre els motius que el duen a mantenir una opinió.

L'odi no es resol mai amb més odi, sinó amb amor. I els malentesos no es resolen barallant-se, sinó amb tacte, esperit conciliador i un afany d'empatia que faciliti la comprensió de l'altre punt de vista.

Si la teva caritat és autèntica, oferiràs sempre i de gust la veritat a qui erra com si fos un dels dons més valuosos del món, però no intentaràs imposar-la per la força. Així ha de ser sobretot quan es tracta de temes insignificants, que solen ser el punt de discòrdia de la majoria de les discussions. Si acabes guanyant per la força una baralla intranscendent, no li hauràs fet cap favor al proïsme, malgrat totes les informacions i proves que li hagi exposat. Només hauràs aconseguit enfadar-lo i humiliar-lo.

La ira és responsable de moltes renyines enverinades. Si, sense voler-ho, has dit quelcom que ha molestat una altra persona, retira immediatament el teu argument. Per barallar-se en calen dos, però n'hi prou amb un per acabar la disputa.

– *Respecta l'opinió de l'altre.* És un error intentar imposar la teva opinió: és més intel·ligent fer suggeriments i deixar que l'altre tregui les seves conclusions.

Si li dius que està equivocat, no aconseguiràs que vulgui coincidir amb tu, perquè hauràs ferit la seva intel·ligència, el seu raonament, el seu orgull i autoestima. Només hauràs aconseguit que vulgui retornar-te el cop, però mai que canviï de parer. Ni t'ha demanat ni vol la teva opinió. No hi ha cap raó per la qual hagi de discutir amb ell. La majoria canviem de criteri sense oferir

resistència; però, si ens diuen que no tenim raó, ens sentim ofesos.

Pot ser que l'altre estigui totalment equivocat, però no ho veu així. Ja que hi ha un motiu per a pensar i actuar tal com ho fa, intenta per tots els mitjans posar-te en el seu lloc. En comptes de condemnar-lo, procura entendre'l. Això és senyal d'intel·ligència i tolerància.

Si vols veure les coses des del seu punt de vista, deixa'l parlar. Fes-li preguntes. Potser no estiguis d'acord amb ell, i tinguis la temptació d'interrompre'l, però no ho facis. No et parará atenció fins que les seves idees no s'hagin expressat. Escolta pacientment i obre la teva ment.

Minimitza els teus èxits. Fins i tot els amics prefereixen parlar dels seus més que sentir-te presumir dels teus. Deixa que el teu amic sigui millor que tu, perquè això el fa sentir important. Després de tot, des d'un punt de vista humà no ets pas tant important: te'n aniràs, i d'aquí un segle, ningú no es recordarà de tu.

– *Si estàs equivocat, reconeix-ho de pressa i amb rotunditat.* En comptes d'intentar defensar-te, admet que l'altra part té raó: és probable que així adopti un actitud generosa i magnànima. Qualsevol neci és capaç d'intentar defensar els seus errors – i la majoria ho fa – però reconèixer-los et fa sentir més noble. Quan et baralles, mai no et quedes satisfet; quan cedeixes, sents més satisfacció de l'esperada.

– *Si tens raó, intenta convèncer amb tacte i amabilitat.* La gent pot veure reflectida la fermesa o debilitat del teu caràcter, i també la

teva caritat, en la teva manera de debatre amb els altres un tema controvertit.

És senyal de caritat cristiana i de fortalesa de caràcter defensar un assumpte amb calma, amplitud de ment, objectivitat i cortesia, però amb entusiasme i fermesa. Una de les activitats més profitoses i entretingudes és una discussió seriosa i rigorosa. Però una falta de caritat o de cortesia acaba amb tot el profit i la diversió.

Si vols demostrar una cosa, fes-ho amb tanta serenor que ningú no s'adoni que ho estàs fent. Quan parlis amb la gent, en comptes de començar per allò que us separa, insisteix en el que teniu en comú. Si algú fa una afirmació que creus estar segur que és equivocada, convé començar dient: «A mi em sembla que no, però puc estar equivocat. I, se m'equivoco, corregeix-me».

Admetre que és possible que no tinguis raó mai no et perjudicarà, sinó que frenarà qualsevol polèmica i durà l'altra persona a ser tan imparcial i tan oberta com tu; i a reconèixer que també pot estar equivocada.

«*Afanya't a arribar a un acord amb el qui et vol denunciar*»⁴, aconsella Jesús. Si el cor d'algú està ple ressentiment cap a tu, no pots convèncer-lo de res per molta lògica que facis servir. No el pots obligar ni forçar perquè coincideixi amb tu. Però potser podries aconseguir-ho essent amable i amistós. Si vols guanyar-lo per la teva causa, primer convenç-lo que ets un bon amic. Així hauràs conquistat el

4 Mt 5, 25.

seu cor, que és l'autopista vers la raó. L'amabilitat, la proximitat de l'amistat i l'afecte poden fer canviar d'opinió més que no pas totes les paraules irades i dures que puguis dir.

Procura ser considerat, sobretot quan l'assumpte és intranscendent i no cal que ningú s'enfadi. Si no ets capaç de ser considerat sempre, fes-ho tan sovint com et sigui possible.

– *Tingues la sensibilitat de percebre quan algú s'ha sentit ferit.* Si estàs tranquil·lament discutint i notes que l'altre s'ha pres malament una cosa en passar al terreny dels sentiments, és el moment de deixar de discutir. No hi ha resposta correcta als sentiments ferits. Si insisteixes en el tema, acabarà en baralla.

Quan una persona està cansada, de mal humor o preocupada, tendeix a donar importància a qualsevol cosa, encara que sigui insignificant. Ves amb compte amb el que dius si saps que l'altre no està en un bon moment. Si perceps un estat d'ànim predisposat a les males contestacions o a l'insult, i no pots fer res més, almenys calla.

Tu també has d'estar preparat per sentir-te ferit de quan en quan, però no permetis que les teves emocions et duguin a la venjança. Una persona de caràcter s'empassa la vanitat i domina els sentiments ferits, evitant una baralla.

– *Sigues comprensiu amb les idees i els desitjos dels altres.* Si et trobes amb algú empipat, amb prejudicis i poc disposat a raonar, no mereix que el menyspreïs per ser com és. Compadeix-lo. Si haguessis compartit el seu entorn i les seves experiències, segurament pensaries i faries igual que ell. Tres quartes parts

de les persones a les quals tractes tenen fam i set de comprensió: ofereix-la i t'estimaran.

– *Suposa els motius més nobles.* Quan no tinguis informació sobre algú, l'única manera sensata d'obrar serà suposar que és una persona sincera, honesta, benintencionada i fins i tot disposada a fer el bé. En general la gent és honrada i desitja accomplir el seu deure.

Tens tantes possibilitats d'equivocar-te com qualsevol. Si insisteixes massa en un dret sense importància, es pot tornar contra tu i contra el proïsme. Potser la lletra de la llei és al teu favor, però l'esperit no.

Si hi ha algun dubte sobre un «dret» i es pot interpretar de dues maneres, posa-hi sempre per davant d'aquest dret qüestionable les exigències de la caritat. Aquest principi no perjudicarà el sentit de justícia; l'única perjudicada serà l'afecció desordenada a les coses d'aquest món que tu reclames com un dret i que et fa capaç d'oblidar amb tanta facilitat el dret més gran i més sagrat: el de la caritat.

L'amor és més gran que el dret. Recorda-ho no només si es tracta de simples opinions, sinó de temes importants, quan, per exemple, una persona obstinada, a més d'estar equivocada, intenta que t'equivoquis tu també. A l'hort de Getsemaní, quan Pere sortí a defensar Crist, Ell li digué: «*Guarda't l'espasa a la beina; ¿no he de beure el calze que el Pare m'ha donat?*»⁵. Estava

5 Jn 18, 11.

posant per obra el que havia ensenyat: «*Si algú et pega a la galta dreta, para-li també l'altra*»⁶.

Sempre que hi hagi diferències d'opinió, i especialment amb persones obstinades, viu la caritat com ho va fer Crist: estant en silenci. L'evangelista descriu Jesús mentre el jutjaven amb aquestes paraules: «*Jesús callava*»⁷. Quan et trobes amb l'error, l'esperit de Jesús no et demana respondre amb obstinació a l'obstinació, per molt segur que estiguis de la teva opinió.

Si segueixes aquests suggeriments, et trobaràs en el bon camí de frenar una baralla, eliminar ressentiments i fomentar la bona voluntat.

6 Mt 5, 39.

7 Mt 26, 63.

11. APRÈN A PARLAR AMB AMABILITAT

Si prens la ferma decisió de no dir mai una paraula desagradable, avançaràs de pressa en el camí cap a la santedat.

Que el teu exemple siguin les paraules del Senyor a l'Evangeli: mai no varen ser feridores. En aquesta vida una paraula amable és un moment, però tindrà un abast grandíols a l'eternitat que t'espera: «*Per allò que hauràs dit et salvaràs, i per allò que hauràs dit et condemnaràs*»¹.

Vet aquí alguns remeis contra les paraules desagradables:

– *Aprèn a estar en silenci*, sobretot quan estiguis enfadat o molest. El silenci no és una finalitat en si mateix, però sí un mitjà per aconseguir alguns fins, i un mitjà ple de gràcia. Un gran amor al silenci ajuda a evitar el pecat, protegeix la virtut i fa créixer en unió amb Déu. El silenci és el llenguatge diví: la llengua materna de la santedat.

Recorda l'exemple de Jesús: «*Jesús callava*»². En anglès l'expressió *to hold one's peace*, «mantenir la pau», vol dir «restar en silenci». Trencar el silenci és trencar la pau. Demana-li a Déu que t'ajudi a conservar la pau, sobretot quan

¹ Mt 12, 37.

² Mt 26, 63.

les teves paraules puguin disgustar-lo, ofendre d'altres i rompre l'assossec de la teva ànima. Sigues un instrument de pau, estiguis on sigui en el món. El silenci serà la teva ajuda més valuosa.

Hi ha persones que no poden guardar un secret perquè mai no han après a callar. No descansen fins que no han revelat, primer a retalls i després tota sencera, qualsevol informació confidencial que els arriba. No gratis en els defectes del proïsme. Si per casualitat t'assabentes de la falta oculta d'un altre, que la caritat la reculli en el fons del teu cor com en una pregona tomba, i mai no l'obris a un altre home sense una raó important. Quan sentis la temptació de comentar els secrets aliens pregunta't: «Perquè ho haig de fer?».

«Per sobre de tot», diu santa Margarida Maria, «procurem guardar silenci en les situacions en què ens mortifiqui. Siguem caritativus i humils, tant de pensament com en les paraules».

No repeteixis xafarderies ni calúmnies. Si es considera la mandra com a «generadora de tots els vicis», això és especialment cert en els pecats de la llengua. Centra't en la teva feina i no tindràs temps ni sentiràs la temptació de prendre part en converses malicioses.

Parlar és gratis, però com totes les coses barates, al final et pot sortir car. El silenci és or; les paraules són llauna. No hi ha res que ocupi més temps que la xafarderia ociosa. Una llengua ociosa, a més de treballar tot el dia, fa hores extraordinàries. «Ocupa't de les teves coses»: pot ser un bona pauta.

Filtra curosament qualsevol conversa. Digues el que penses si vols, però pensa el que dius. El qui xafardeja fa tant de mal com qui inventa, o potser és pitjor. La persona que parla d'algú amb malícia és tan roïna com la que ho repeteix.

Tingues sempre present l'advertència de sant Joan Crisòstom³: «Fugim, benvolguts, fugim de les converses calumnioses, ja que sabem que aquest vici és un abisme on impera el dimoni i maquina els seus plans sinistres».

La religió de l'home que no domina la seva llengua és vana. Déu t'ha donat una boca i dues orelles, que indica una proporció de dos a u, que ha de valdre per escoltar i parlar. La llengua ben equilibrada sempre va més lenta que el cap. La persona que repeteix la meitat del que parla ja parla massa. Que tinguis el lema: «En privat, vigila els teus pensaments; en família, el teu caràcter, i en companyia, la llengua». Diu l'apòstol Jaume: «*Si algú, parlant, no ensopega mai, vol dir que és un home perfecte*»⁴.

No parlis mai ni tan sols dels pecats o faltes més lleus dels altres. Si és el cas que t'estigui permès, fes-ho amb contenció i evita el ressentiment i l'odi. És una virtut respectar l'absent, ja que està privat de la possibilitat d'explicar-se o defensar-se.

– *Mostra obertament la teva oposició a les converses contràries a la caritat o bé fes-hi un silenci eloqüent.* Molts no parlarien amb tanta facilitat dels defectes aliens si no estiguessin segurs del fet que se'ls escolta amb gust. El qui

³ Sant Joan Crisòstom (c. 347-407), bisbe de Constantinoble.

⁴ Jm 3, 2.

parla converteix el qui escolta en missatger del mal, i qui escolta indueix el qui parla amb la seva atenció. Això explica les paraules de sant Bernat: «És difícil dir que és pitjor: ofendre algú de paraula o escoltar qui ofèn».

Si creus que no aconseguiràs res defensant obertament aquells de qui parlen, roman en silenci. És una gran obra de caritat mostrar amb la teva conducta que les converses malicioses et desagraden tant com les impures. No t'excusis dient: «Potser puc evitar que la gent parli?». Sí, i tant que ho pots fer... quan parlen *amb tu*. A més de queixar-te de les xafarderies i calúmnies, perquè no talles la xerrameca o almenys, no mostres interès per elles? La forma més eficaç d'aturar una llengua desfermada és tapar-se les orelles.

– *Parla de les coses, no de les persones.*
Tothom té dret a la fama, però que en són de febles els guardians de la nostra reputació! Una relliscada de la llengua pot fer un mal que dura tota la vida. Ni el penediment més sentit és capaç de reparar el mal un cop fet. Si no pots parlar bé d'algú, calla⁵.

Quan estiguis parlant malament d'una dona, imagina la teva mare o germana en el seu lloc. Quan malparlis d'un home, imagina en el seu lloc el teu pare o germans. Fins i tot quan creus tenir raó, potser estàs en un error: malfia't de les xafarderies. És tan covard jutjar l'absent com pervers colpejar l'indefens. Només xafardegem els

⁵ **No facis crítica negativa: quan no puguis parlar bé, calla**
(Camí, 443)

ignorants i els de ment estreta, perquè parlen de les persones i no de les coses.

– *No t'enganyis amb falses excuses per malparlar de ningú.* No pensis: «El que vaig dir no era tan dolent ni tant important». Sovint, les paraules malicioses neixen de passions ocultes, de l'animadversió personal, de l'enveja, del desig de venjança o d'una mera hostilitat. Has de calibrar el mal comès, que pot ser greu fins i tot en allò que a tu et sembla insignificant.

No intentis apaivagar els teus dubtes dient: «Allò que vaig dir és veritat». Això converteix el teu pecat en maledicència i no en calúmnia, però no deixa de ser pecat, i el mal comès pot ser el mateix en ambdós casos. Tot i que el defecte de l'altre sigui conegut, xafardejar d'ell no serveix de res. Semblar-se a Crist significa oferir una paraula de misericòrdia, de disculpa o de perdó.

No diguis: «Li vaig demanar a aquella persona que mantingués el secret». Si a l'altre no li és permès revelar-lo, perquè a tu sí? Com pots esperar silenci i discreció dels altres si tu el descures?

Quant a això comenta sant Joan Crisòstom: «És absurd: m'expliquen un secret, demanant i suplicant que guardi el secret. Això vol dir que han fet quelcom censurable, ja que si l'altre no està autoritzat a divulgar el secret, per què tu sí? Com pots esperar silenci i discreció dels altres si el descures tu?»

– *Evita les paraules desagradables.* Parlar asprament fereix el cor i treu la pau de l'ànima. No faltis a la caritat amb una actitud fatxenda, intentant provocar el riure dels altres a costa del

proïsme. Aquests acudits no paguen la pena: la seva única utilitat és fer mal, desvetllar la rancúnia i engendrar odi. Fug dels comentaris personals i el sarcasme feridor. El comentari que fereix deixa de ser una broma. Si vols que els teus no s'apartin de tu, riu *amb* ells, però no et riguis d'ells.

És probable que les observacions irreflexives i malèvoles sobre els altres hagin fet més enemics innecessaris que qualsevol altra conducta humana. Posa una cura especial en fer servir la llengua per al bé, mai per al mal; per consolar, i no per condemnar, per construir, i no per destruir; per alegrar-te de la bona sort dels altres, i no per envejar els seus èxits.

– *Duu amb paciència els defectes del proïsme.* Tu també tens defectes que els altres han de suportar. I amb quina facilitat exageres les faltes alienes, especialment les de les persones que t'inspiren una antipatia instintiva! Ignora els seus defectes i demana't si és just fixar-se en la brossa de l'ull del teu germà i no en la biga del teu⁶. Aquesta actitud amable t'ensenyarà a valorar el bé que hi ha en els altres i a parlar d'ells amb benevolència.

Aquest és el savi consell de santa Margarida Maria: «Sigues humil davant Déu i amable amb el proïsme. jutja't i acusa't a tu mateix i disculpa sempre els altres. Parla sempre de Déu per lloarlo i glorificar-lo; parla sempre amb respecte del teu enemic. No parlis de tu mateix, ni bé ni malament».

6 Cf. Mt 7, 3.

– *Recorda el càstig que mereixen les paraules contraries a la veritat.* Les converses malicioses haurien de ser-te motiu de greu preocupació. Només has de pensar en el judici de Déu i en els comptes que li hauràs de retre sobre el vuitè manament. Recorda l'advertència del Senyor: «*De tota paraula inútil que diguin els homes, en donaran compte el dia del judici*»⁷.

Si et permetes desfermar la llengua sense pensar-hi, o la converteixes en un instrument d'ira o d'odi; si et deixes dominar pel mal humor, l'egoisme o la vanitat; si jutges i condemnes amb severitat, estaràs formant una muntanya de maldat davant de Déu, d'una alçada que veuràs quan t'adonis del significat de les paraules de Crist: «*Tot allò que fèieu a un d'aquests germans meus més petits, a mi m'ho fèieu*»⁸.

Comença des d'avui a examinar quina és la teva conducta i fes el propòsit de millorar. Potser demà serà massa tard. Com diu sant Agustí, Déu ha promès el perdó pel teu penediment, però no t'ha promès l'endemà.

– *Imita la bonhomia de Crist.* La gentilesa és la qualitat de ser sincerament amable i afectuós amb els altres de paraula i d'obra; de fer favors amb cortesia; i de prestar ajuda voluntàriament i afable. Les maneres cordials i gentils són les que més atrauen el proïsme vers la pràctica de la virtut. Amb la seva bonhomia, Crist arrabassà molts al diable, com Maria Magdalena; i d'altres, com la seva Mare, els enlairà a la santedat més eminent. «*Accepteu el meu jou i feu-vos*

⁷ Mt 12, 36.

⁸ Mt 25, 40.

deixebles meus, que sóc benèvol i humil de cor, i trobareu el repòs»⁹, diu el Senyor.

Santa Margarida Maria descriu amb aquestes paraules la reacció del Sagrat Cor davant la manca d'amabilitat: «Ell vol que modelis el teu cor conforme a les virtuts del seu. Si sabessis com de greus sent les teves faltes de caritat i d'humilitat, o quan, per covardia, deixes de prestar atenció a les llums que et concedeix per tal que t'apartis de la mundanitat!»

Sant Pau aconsella: «*Amb els qui no creuen comporteu-vos assenyadament, procurant de treure partit dels moments favorables. Tingueu sempre converses agradables, i amaniu-les amb una mica de sal; sapigueu com heu de respondre a cadascú*»¹⁰. La sal de la saviesa ha d'amanir la teva conversa en tot moment. La saviesa es demostra callant, o dient la paraula oportuna en el moment oportú. Si ets sobrenaturalment savi i amable, l'Esperit Sant t'ajudarà a donar la resposta adient quan et preguntin.

– *Prega pel proïsme.* Si resessis per les persones antipàtiques la meitat del que parles dels seus defectes, quants pecats evitaries i com en seria de feliç la teva vida! A l'ànima que prega no hi poden entrar els vapors verinosos del pecat, ja que una ànima així és plena de Déu i de la seva gràcia. On Déu hi és, hi ha llum, amor i pau.

Prega també per tu, perquè Déu t'ajudi a ser sobrenaturalment gentil amb els altres, afegint un somriure encoratjador a la paraula, un to cordial a la teva veu massa monòtona, i una

⁹ Mt 11, 29.

¹⁰ Col 4, 5-6.

suavitat de tacte a les teves obres, massa
esquerpes.

12. CORREGEIX AMABLEMENT ELS ALTRES

Corregir o reconvenir consisteix a reprendre un altre amb autoritat, obertament i directa, per allò que ha fet malament. És la manera d'expressar desaprovació envers la persona corregida i ho han de fer els qui tenen càrrecs de govern, com ara les autoritats eclesiàstiques, els representants de la llei, els pares, els empresaris, els mestres...; és a dir, els qui tenen obligació de protegir els veritables interessos de qualsevol activitat en general.

Quan les exhortacions amables i l'estímul ha fracassat, la caritat ha d'emprendre el camí de l'amonestació, que sempre ha de ser manifestació d'amor. Crist no va dubtar a pronunciar paraules de reprovació: blasma Cafarnaüm i Jerusalem, els apòstols inclòs Pere. Déu censura tot error mitjançant la consciència.

Només és lícita la correcció que està justificada, és a dir, si es tracta d'un pecat, o de les faltes més lleus que hi duen fàcilment. El Senyor digué: *«Estigueu alerta!» Si el teu germà et fa una ofensa, reprèn-lo, i si se'n penedeix, perdona'l. I si t'ofèn set vegades al dia i set vegades torna per dir-te: "Me'n penedeixo", tu l'has de perdonar»*¹. No es refereix a la compensació personal a l'ofès, sinó a la correcció

¹ Lc 17, 3-4.

i salvació del que erra, ja que Crist ha dit: «*Si t'escolta, t'hauràs guanyat el germà*»².

El caràcter d'una persona es veu totalment reflectit en l'exercici de l'autoritat. No pots evitar manifestar la teva grandesa o la teva petitesa, el teu egoisme o la teva consideració, en la manera de tractar els qui tens al teu càrrec, tant si ets pare o mare de família, com cap d'una empresa, home de bona posició, un superior o un alt càrrec d'una institució.

És senyal de feblesa de caràcter exercir l'autoritat amb ànim d'enlairar-te amb ostentació, fent referència sovint a la teva autoritat tot insistint sense motiu en el respecte degut.

Mostres la teva feblesa de caràcter si et prens com un assumpte personal el fracàs en l'execució d'una tasca – o potser un error desaparegut – d'un subordinat teu. Si ets magnànim, t'oblidaràs de tu mateix quan hakis de corregir i només tindràs en compte l'èxit de la feina i el bé de la persona que corregeixes.

Mostres també que ets feble de caràcter quan parles o actues com si l'autoritat portés afegit un coneixement, una prudència, una capacitat i un judici perfectes en tot.

Si el teu caràcter és ferm, et portaràs sempre amb senzillesa i modèstia, perquè, per molta autoritat que tinguis, seràs conscient del fet que és un mitjà necessari per unir els homes i obtenir grans béns. La fermesa de caràcter de qui té autoritat significa reconèixer les pròpies

2 Mt 18, 15.

mancances. Consultaràs i cercaràs consell; demanaràs ajuda i voluntàriament delegaràs en els altres.

ELS MOTIUS PER AMONESTAR HAN DE SER JUSTOS

Per a corregir amb fruit, cal delicadesa i molt de tacte. Si vols que el teu reny obtingui fruit, ha d'estar mogut per motius justos com els següents:

— *El zel per l'acompliment de la llei de Déu.* No corregeixis si veus que no reeixiràs el bé desitjat: potser el reny empitjori més les coses, fent que el censurat cometí una maldat encara més gran o es faci incorregible. Potser hi hagi algú més capaç de corregir més profitosament.

— *L'esmena de qui ha errat.* Hauràs dut a terme una bonica obra de misericòrdia i demostrat la noblesa de la teva caritat si apartes un cristià del mal camí.

— *La responsabilitat en aquest assumpte.* Incompliries el teu deure si no corregissis el teu proïsme que erra quan et pertoca.

SIGUES LENT A CORREGIR

Si la caritat ho exigeix, no tinguis por de corregir, però no et precipitis. Primer, pensa si val la pena, perquè n'hi ha que corregeixen per coses menudes. Sant Pau diu a Timoteu: «*reprèn, interpel·la, exhorta, com un que té*

molta paciència i sap ensenyar»³. El resultat d'una correcció precipitada és que perd el seu poder o provoca l'efecte contrari.

Valora després si únicament la correcció produirà l'esmena del proïsmo. No permetis que sigui el resultat de la mandra mental que no es molesta a cercar altres mitjans. Pot semblar el camí més curt, però no sempre és el més prudent i segur. Abans de parlar prega per tal que guïin les teves paraules. Sigues ràpid a lloar i lent a corregir: en això resideix l'autèntica noblesa d'esperit.

CORREGEIX PER AMOR

Que la teva correcció neixi sempre de l'amor i mai de l'enuig. Moltes vegades la gent censura els altres no pas per l'error comès, sinó perquè els molesta. En lloc de mostrar-se en desacord amb les faltes que condemnen, gaudeixen – almenys inconscientment – abocant en algú el seu mal geni.

No corregeixis mai per enemistat o supèrbia. No està bé recordar als altres els seus defectes, perquè tu ets virtuós. «No tens consideració» s'acostuma a interpretar com «jo sempre sóc considerat». Una consideració que no surti de la caritat no pot estar justificada davant Déu.

No permetis mai que el reny degeneri en greuges i insults, ni que fereixi o ofengui. Els abusos en lloc de corregir o fer més humil,

³ 2Tm 4, 2.

generen un odi secret molt amarg. Quan la gent respon a l'abús amb l'abús dóna una imatge totalment indigna de l'ésser humà.

La correcció nascuda d'un cor que estima i administrada amb amabilitat obtindrà el seu fruit. La música de l'amor, tant si s'escolta en el to suau de l'elogi com en les notes més severes de la correcció, mai no deixa de rebre amor a canvi.

Sant Pau afirma que hem de corregir de manera fraternal. «*Germans, si descobriu que algú ha comès una falta, vosaltres, els qui heu rebut l'Esperit, ajudeu-lo a refer-se, amb esperit de dolcesa, i penseu en vosaltres mateixos, que també podríeu caure en temptació*»⁴.

Tingues prou comprensió per valorar quina reacció és probable que es generi en l'altra persona i disposa't a fer-li front. A la naturalesa humana li costa acceptar les correccions. En la majoria dels casos, una humiliació feridora pot causar un amarg ressentiment i una pregona ira, o provocar el menyspreu i la consegüent indiferència. Ni una cosa ni una altra aconseguiran el bé desitjat.

Si et mou un autèntic amor de Déu i al proïsme reprendràs amb amabilitat. El qui rebí la teva correcció notarà la tendresa que caracteritza la santedat. Res atrau tant el cor de l'home com les manifestacions d'amor. Sant Pau aconsella corregir el qui s'esgarria, i no jutjar-lo ni castigar-lo; «*Vosaltres, els qui heu rebut l'Esperit, ajudeu-lo a refer-se, amb esperit de dolcesa*»; i exhorta a reprendre'l «com a un germà»:

4 Ga 6, 1.

«Vosaltres, germans, no us canseu de fer el bé. Si algú no segueix la norma que us donem en aquesta carta, assenyaleu-lo amb el dit i no hi tingueu més tractes; així s'averkonyirà de la seva actitud. Tanmateix, no el tingueu per un enemic; amonesteu-lo només com un germà»⁵.

Quan amonestis un altre, tindràs més fruit si t'apropes a la seva naturalesa sensible amb la tendresa de Crist. Lloa generosament i magnànima les seves bones qualitats, no amb ànim d'adular, sinó per deixar constància de les virtuts que té, i és probable que el potenciïs, si no hi haguessin altres obstacles. Parla breument però amb claredat d'allò que és reprehensible. No serveix de res estendre's en lliçons ni sermons. A l'amonestat no li costarà gaire adonar-se de quina és la teva intenció.

El que corregeixes s'ha d'adonar de que només fas recomanacions pel seu bé i per a que creixi la seva influència, i que deixes a la seva discreció fer cas o no al consell.

Saps molt bé que si fos a l'inrevés, i fossis tu qui rep la correcció, voldries que et tractessin amb consideració. Per aquesta obra de caritat et cal la guia de l'Esperit Sant.

Per això diu sant Pau: *«Ajudeu-vos a portar les càrregues els uns als altres, i compliu així la llei de Crist. Si algú es pensa ser alguna cosa, quan de fet no és res, s'enganya a si mateix. Més aviat, que cadascú examini la seva pròpia conducta; llavors, si troba motius per a gloriar-se, serà veient-se a ell mateix i no comparant-se*

5 2Ts 3, 13-15.

amb els altres. Cadascú ha de fer la pròpia tasca»⁶.

— *Comença lloant.* Si has de fer alguna crítica, comença fent un elogi i reconeixent les coses bones amb sinceritat. Sempre és més fàcil sentir el que ens desagrada després de haver escoltat una lloança de les nostres qualitats. No facis servir mètodes expeditius. Assenyala els defectes de l'altre amb tacte.

— *Parla de les teves errades abans de criticar les alienes.* No costa tant sentir com reciten les teves faltes si, abans, qui et critica admet humilment que no és impecable.

— *Pregunta en comptes de donar ordres.* Això fa més fàcil que una persona s'esmeni, manté estalvi el seu orgull i li proporciona un sentiment d'importància, encoratjant-lo a col·laborar i a no revoltar-se.

— *Protegeix la fama de l'altre.* Moltes vegades trepitgem els sentiments aliens tirant pel dret, acusant, amenaçant, o criticant un nen o un adult en presència de tercers, sense parar compte al fet que ferim el seu orgull. Aturar-se uns minuts a pensar, dir unes paraules amables, i una autèntica comprensió vers l'actitud de l'altre ajudaran a alleujar el ressentiment.

— *Elogia la més mínima millora.* La lloança i no la condemna, mou l'altra persona a seguir millorant.

— *Reconeix la bona reputació de l'altre, que ha d'acomplir les bones expectatives,* i farà un

6 Ga 6, 2-5.

gran esforç per a no decebre't. Si vols que algú millori en un aspecte determinat, actua com si ja tinguésses aquesta virtut. Pressuposa i afirma que ja compta amb la qualitat que pretens que desenvolupi. Gairebé tothom, pobres i rics, estan a l'alçada de la fama que se'ls reconeix.

— *Encoratja*. Fes que el defecte que vols corregir sembli fàcil d'esmenar i fes veure que allò que vols que faci no és pas difícil.

Digues al teu fill, al teu marit o a un amic que és un incompetent i que ho fa tot malament, i hauràs destruït qualsevol estímul per a millorar. Però si infons sense reserves ànims a l'altre, si fas que la cosa sembli fàcil i li fas veure que et refies de la seva capacitat, s'esforçarà el que calgui per a triomfar.

REP LA CORRECCIÓ AMB AMABILITAT

Quan et corregeixin segueix aquestes pautes:

— *Escolta sense interrompre* fins que qui t'està corregint t'hagi dit tot el que pensa. Aquesta renúncia de tu mateix et donarà serenitat i t'oferirà l'oportunitat de demanar ajuda a l'Esperit Sant per saber comportar-te.

— *Ofereix-te a meditar l'assumpte*. Si l'acusació és falsa o injusta, tingues el coratge i la bona voluntat de dir que ho pensaràs, tot i que no vegis les coses tal com te les exposen.

— *Evita reaccionar parlant o actuant amb violència o arrogància*, sobretot si l'acusació és falsa. L'autodefensa o la indignació expressada

davant la injustícia dóna a l'altre l'oportunitat de suposar que tens consciència de culpa, almenys en certa mesura. D'una altra banda, acceptar un reny injust amb amabilitat i bon humor sol ser interpretat com un senyal d'innocència.

— *Procura fomentar un sentiment de gratitud envers Déu* perquè t'ofereix l'oportunitat de patir per Ell. Converteix el blasme en una oportunitat per a practicar l'amor als enemics i demostrar la qualitat del teu amor a Déu. Demana-li al Senyor la gràcia de restar en silenci, com Ell ho va fer quan fou víctima del menyspreu de la gent i dels seus jutges aquell primer Divendres Sant.

13. DESCOBREIX L'EXCEL·LÈNCIA DE LES PARAULES AMABLES

No hi ha pràcticament res en aquest món que costi menys i valgui tant com una paraula amable. Moltes de les coses que fan els homes, i amb un esforç molt més gran, no aporten ni la meitat dels beneficis que es deriven d'una sola paraula d'amor.

Les paraules amables són una força creadora, un poder que contribueix a construir tot el que és bo, una energia que vessa els seus beneficis sobre aquest món. Fan tant de bé a qui les diu com a qui les escolta. L'autor inspirat de les Escripures exclama: «*Una paraula oportuna, que n'és, d'agradable!*»¹.

LES PARAULES AMABLES TENEN UN PODER IRRESISTIBLE

L'autor rep la seva recompensa, perquè duu aparionat el goig interior, la pau, la fortalesa i la llibertat. Però també rep la recompensa dels homes. Estem més disposats a ajudar a qui ens estima que a qui ens demostra antipatia o indiferència.

¹ Pr 15, 23.

L'home pot prescindir de moltes coses, però no de l'home. En aquest món, si volem crear i fer coses grans, hem d'assegurar-nos la col·laboració dels altres. Només l'amor dóna poder, un poder regi per a governar i dirigir, que neix únicament de tenir caritat i demostrar-ho. No hi ha substitut de la caritat.

Dels nostres semblants ens cal no només l'ajuda, sinó sobretot el seu amor. L'home és com una planta que durant la vida li cal la llum de la companyia humana. Gaire bé no hi ha a la terra un poder comparable al de les paraules amables: un poder que s'escapa a tota causa natural. No hi ha ningú – per molt dolent, o pessimista, per fastiguejat de la vida que sigui – que no respongui a l'amabilitat i la compassió.

LES PARAULES AMABLES TENEN EL PODER D'ACABAR AMB ELS PREJUDICIS

Imagina que, des de fa molt temps, tens prejudicis – segons tu, sòlidament fonamentats – envers una persona, i et poses en contacte amb ella. Canvieu unes paraules amables i els prejudicis s'esvaeixen, perquè no hi veus res que els pugui justificar. El poder d'una simple paraula amable ho ha canviat tot.

Potser mires l'altre amb desconfiança, fins al punt que et sembla impossible ser el seu amic; potser algun rumor us hagi posat mútuament en contra; o potser us considereu rivals. Tanmateix amb una paraula amable – o potser la simple

notícia d'ella – en tens prou per aclarir les coses i perquè comenci una amistat duradora.

Altres poden haver-te declarat l'odi només perquè esperen de tu crueltat. Quan en el seu lloc reben una paraula o un gest amables, cauen les seves defenses i acostumen a retornar l'amabilitat que els ofereixes.

LES PARAULES AMABLES POSEN FI A LES BARALLES

Fins i tot les disputes sense contrari, que són les més difícils d'acabar, s'endrecen rendint-se a les paraules amables. La majoria de les baralles s'inicien per malentesos; moltes renyines que viuen en silenci els acreixen, i qualsevol explicació es converteix en un altre malentès. L'única esperança són unes paraules amables pronunciades amb comprensió. No desfaran el malentès, però aconseguiran una cosa molt més gran: no caldran les explicacions, i així evitaran el perill de reobrir velles ferides.

Altres paraules solen crear enemistats i enverinen encara més els antics malentesos; però, de vegades, n'hi ha prou amb una única paraula d'amor per engegar la reconciliació. Amb paraules com aquesta n'hi pot haver prou per acabar amb una enemistat sense motius, o per esvair un equívoc.

Frases sense importància com ara «estic orgullós de tu», «què en penses?», «si vols» i «gràcies» són detalls de cortesia que greixen els

engranatges de la monòtona maquinària de la vida diària. Són el segell de la bona educació.

Comença aplicant aquest toc màgic de la deferència a casa teva. És el lloc on cal més... i on està més oblidat. Segur que la teva família té moltes coses bones. Quan temps fa que no demostres la teva admiració envers alguna d'elles?

LES PARAULES AMABLES ALLEUGEN I CONFORTEN

El Senyor quan es trobà amb algú afligit, sempre tingué una paraula de consol; i amb algú temorenc, paraules d'encoratjament; i defensà el perseguit; i mai no va negar ajuda al necessitat. A la vídua de Naïm, després d'haver-se compadit de la seva pèrdua, li digué: «*No ploris*»², i retorna el seu fill a la vida. Fins i tot a la creu va dirigir a un delinqüent unes paraules d'amor meravelloses: «*T'ho asseguro: avui seràs amb mi al paradís*»³.

De vegades les coses s'acumulen, el cor es carrega amb el pes de la frustració i dels dubtes, i ens sentim incapaços d'enfrontar-nos a les pressions de la vida diària. En moments així, desitges algú per vessar aquests pensaments negatius que et posen trist: algú que es compadeixi de la teva aflicció. Tot i que no et pugui oferir solucions, l'atenció que et presta al que dius comença a alleujar la càrrega que t'afeixuga.

² Lc 7, 13.

³ Lc 23, 43.

Una conversa on desfogar el teu cor és el millor tranquil·litzant. A més d'alleujar, encoratja. Infonova confiança. Les coses comencen a millorar.

Quan s'ha de consolar, felicitar o defensar un altre, no calen moltes paraules ni gaire ben triades. Les paraules de conhort, d'agraïment i de benedicció del Senyor van ser senzilles i espontànies. El veritable amor troba gairebé sempre què dir de forma natural. Com més concret sigui l'elogi, més fàcilment arribarà al cor de qui el rep. Però sempre ha de ser espontani. No has de cercar ocasions per dir coses agradables, perquè es presentaran sense cridar-les. És important que no les deixis passar, sinó que les aprofitis per pronunciar paraules que il·luminin la vida dels altres.

No afalaguis. Aquesta és la diferència entre l'elogi i l'afalac: el primer és sincer, el segon, fals; el primer és desinteressat, el segon és dictat per l'interès; el primer, l'admira tothom, el segon tothom el condemna. L'afalac acostuma a acompanyar les persones astutes.

Quan no estàs ocupat pensant en un problema concret, inverteixes el noranta-cinc per cent del teu temps en pensar en tu mateix. No donis tantes voltes als teus èxits, i als teus desitjos. Si durant una estona no et centres en tu mateix i et dediques a pensar en les coses bones de l'altre, no hauràs de engegar de sobte un seguit d'afalacs falsos i barats.

Elogia amb sinceritat i honradesa. Sigues generós lloant i pròdig en elogis, i la gent guardarà les teves paraules i les repetirà quan tu les hagis oblidat. La caritat confereix una mena

de solemnitat i pregonesa al discurs més senzill, perquè és el més savi i profund que existeix en el món. La bona intenció és l'única cosa necessària per fer eloqüents les paraules més senzilles.

A la vida diària vas d'un cantó a l'altre inquiet, nerviós i trist, i evites aquell a qui podries dir una paraula amable. Quantes vegades humilien i ataquen algú davant teu, i calles! Entre els qui t'envolten segur que hi ha qui es mereix des de fa temps una paraula de reconeixement, i tu te n'oblides. Quantes vegades podries saludar un amic, un conegut, i ets massa fred o reservat per dirigir-te a ell amb amabilitat!

No deixis per mandra que la reserva o l'egoisme t'impedeixin obrir la boca. Pot ser que sigui el teu egoisme qui doni la cara quan està en joc el teu interès o el teu benefici, o quan sents antipatia o una rancúnia tossuda envers el proïsme.

LES PARAULES AMABLES ENCORATGEN

Elogiar el proïsme és un acte de caritat que produeix alegria. Déu ha fet el cor humà amb necessitat de lloança i amb temor al menyspreu. Fins els qui obren rectament sense pensar en rebre elogis, se n'alegren quan els reben, perquè vol dir que algú valora les seves bones intencions, esforços i èxits.

No hi ha ningú que estigui tant segur de si mateix que no li calgui mai una paraula de lloança, un copet a l'espatlla o un comentari amable. Només sentir-te dir que fas una bona

feina t'animarà a fer-la encara millor. El reconeixement més insignificant pot tenir un efecte de conhort. L'anhel més pregon de la naturalesa humana probablement sigui el desig de ser important. A tothom li agraden les lloances. A tothom abelleix que el valorin. Aquest desig ens anima a dur a terme les coses més difícils.

L'home es queixa quan alguna cosa no és del seu gust, i no diu res quan li agrada. Alimentem els cossos dels nostres fills i amics, però quantes vegades alimentem la seva autoestima demostrant-los cordialment el reconeixement que desitgen?

La finalitat de l'elogi és ser una força constructiva en el regne de Déu a la terra, que dugui moltes ànimes a la felicitat eterna i al zel apostòlic. La lloança encoratja, el silenci desanima. Molts no han avançat o s'han rendit en el camí cap a la santedat perquè a ningú li va semblar que calia reconèixer-los els seus primers esforços i èxits.

Els qui són superficials l'elogi els pot fer vanitosos i indolents. Quan lloïs algú, tingues un objectiu concret, no sigui que emmandreixi i s'adormi sobre els llorers.

Sant Pau no era de les persones que mai no elogien ningú. «*Us felicito perquè us recordeu sempre de mi i conserveu els ensenyaments tal com us els vaig transmetre*»⁴. El defecte de ser gasiu en els elogis pot venir d'una forma d'apatia: no et prens cap interès pels progressos i els

4 1Co 11, 2.

trionfs del proïsme, ni t'alegres amb els qui s'alegren. Potser sigui una gelosia terrible la que no et deixa mostrar el teu reconeixement quan algú se'l mereix, o bé una falta de coneixement del cor humà que et duu a suposar que els altres fan el seu deure sense esforç ni dificultats, per això no els cal cap estímul.

Amb la teva indiferència et prives del plaer de recompensar la tasca d'un altre. Què passaria si Déu també restés en silenci en l'instant en què esperes sentir la seva benedicció: «*Molt bé, servent bo i fidel! ... Entra al goig del teu Senyor*»⁵?

No saps quina serà la conseqüència concreta del teu elogi: tu el dius, i segueixes el teu camí, deixant que actuï la seva màgia. Les paraules de conhort d'una esposa poden donar al marit una força renovada per enfrontar-se amb una tasca difícil, sense que ell mai no arribi a saber que aquelles paraules tingueren un efecte tan important. Tot i que els comentaris encoratjadors d'un professor poden servir perquè un noi triï una carrera, és probable que ell no en sigui mai conscient.

L'estímul obra en silenci més que en paraules. Només per ser present en un activitat, infons ànim en els qui són responsables del seu èxit. Si, per exemple, pertanyes a una institució que es reuneix periòdicament, animaràs els qui hi treballen si assisteixes a les seves trobades.

Quan lloïes, assegura't de reconèixer l'ajuda de Déu. El Senyor, en elogiar Pere, dedicà una

5 Mt 25, 21.

paraula de lloança a Déu: «*Feliç de tu, Simó, fill de Jonàs: això no t'ho han revelat els homes, sinó el meu Pare del cel!*»⁶. Enlairà l'esguard de l'apòstol, però també cap endavant, vers la dura missió que havia d'acomplir: «*I jo et dic que tu ets Pere, i sobre aquesta pedra edificaré la meva Església, i les forces del reialme de la mort no la podran dominar*»⁷.

Si inspires a les persones amb les qui tractes la consciència dels tresors amagats que guarden, podràs transformar-les: normalment només fan servir un petita part dels seus recursos físics i intel·lectuals.

LES PARAULES AMABLES DUEN LA FELICITAT

La doble recompensa de les paraules amables és que et fan feliç a tu i fan feliços els altres. Quan surten dels teus llavis, vessen sobre teu les seves benediccions: només pronunciar-les ja és un goig. En la vida diària, de vegades hi ha problemes i t'aclapara el pes de les dificultats. La preocupació i la tristesa tenallen el teu cor, i la vida es torna gairebé insuportable. Però, si malgrat això les teves paraules amables i la teva actitud cordial segueix acollint els altres, els teus problemes s'esvaniran i s'animarà el teu esperit. Una paraula amable et curulla d'una joia que ni els béns materials ni el plaer mai no et podran

6 Mt 16, 18.

7 Mt 16, 18.

donar. La seva recompensa és un instant en el qual gairebé pots tocar la proximitat de Déu.

La felicitat segueix de prop les paraules amables, que apaivaguen el teu mal humor i esvaeixen els teus neguits com per art de màgia; t'apropen a Déu i difonen la seva pau en el teu cor. Produeixen en tu un sentiment de repòs silent, com el que té la consciència del pecat perdonat.

Fins i tot el cos gaudeix de les benediccions d'una paraula amable: el rostre mostra els trets més afables i bondadosos que evoquen en els altres la figura del mateix Crist. També externament el cristià pot assemblar-se a qui és el Verb d'amor encarnat.

Les paraules amables fan feliços els altres. Quantes vegades has sentit aquesta felicitat, d'una manera i fins a un punt que no pots explicar? No hi ha estudi que et permeti descobrir el secret del seu poder. Ni tan sols l'amor a un mateix en sembla ser la causa.

De tots els regals que la naturalesa fa a l'home, no n'hi ha cap altre del qual gaudim tant com de la llum del sol. Per això també el somriure de l'ésser humà resplendeix. El regal que més benediccions rep és un afecte cordial. Tal com el sol fa brostar les flors de l'amabilitat. Sovint, unes paraules amables i una mica de paciència obriran els porticons de casa teva, enfosquida pels núvols de la discòrdia i la infelicitat, per deixar que l'amari la llum del sol.

LES PARAULES AMABLES TENEN EL PODER DE FER EL BÉ

Si parles amb amabilitat, ets una persona cordial, i la cordialitat és una força: no existeix millor manera de compondre les coses. Sense ella cap canvi no dóna fruit. El sarcasme no aconsegeix esmenar ningú: potser l'obligui a moure's, però no a apropar-se a Déu. L'home cordial és l'únic que ho pot assolir: no es pot fer res per Déu sense cordialitat. Són més els plans que fracassen per manca d'amabilitat que per qualsevol altra causa.

Les paraules amables poden exercir una influència encara més gran que les obres. Disposen els homes a la conversió. Com els àngels de la gràcia, són els missatgers salvadors de la misericòrdia divina. Obren la porta de l'ànima als bons consells, i han convertit més pecadors que el zel, l'eloqüència o la saviesa. Mai no ha existit un mitjà més eficaç de dur els homes al camí de la conversió, la santificació i la salvació eterna que unes paraules inspirades per l'amor. Mitjançant el poder d'oferir felicitat, té també el de generar santedat i, d'aquesta manera, guanyar els homes per a Déu.

Les paraules amables valen moltes gràcies divines i, sobretot, l'esperit de contrició. Tot el que et fa amable tendeix a fer-te contrit.

Parlar amb amabilitat et fa veraç, perquè el que no és veraç tampoc no és amable. Et fa veraç perquè l'amabilitat és la visió que Déu té de les coses, i aquesta visió és sempre fidel. La manca

de sinceritat és una càrrega de la qual t'alleugen les paraules amables.

Com més humil siguis, més amable seràs quan parlis; com més amable siguis en parlar, més creixeràs en humilitat. L'aire de superioritat no és propi de l'amabilitat.

Escoltar amablement –com parlar amablement – també és una gràcia, un mitjà molt eficaç d'infondre coratge; i és una gran obra de caritat, que exigeix la disposició a restar en silenci i permetre que l'altre expliqui les coses a la seva manera. T'adonaràs que aquesta persona pateix en l'esperit i que pots alleujar el seu dolor només escoltant en un silenci amatent i amb compassió. Escoltar així es converteix en una exquisida manifestació d'amor.

Estar amatent demostra una delicada renúncia interior a un mateix i és de molta ajuda per parlar amb amabilitat. Si tens autoritat t'has d'esforçar per saber escoltar, no sigui que ofenguis Déu i facis un pecat secret. Domina el teu mal humor quan et trobis amb gent que t'irrita pel seu caràcter: sempre arriben en el moment més inoportú i diuen el menys oportú. Potser et vingui algú amb un dolor imaginari quan tu en tinguis algun de real. Potser parli molt fort i rigui sorollosament quan tens els nervis a flor de pell. Potser vessi sobre teu la seva felicitat exuberant quan estàs capficat i temorós. Tot plegat és excel·lent matèria de santificació.

Aprèn a escoltar. Anima els altres a parlar d'ells. És molt important que dediquis una atenció exclusiva a qui et parla: no hi ha res tan afalagador.

Interessa't de veritat per la gent. Recorda que qui et parla sent cent vegades més interès per ell mateix, per les seves necessitats i pels seus problemes que per tu i els teus. Pots fer més amics en dues setmanes interessant-te per ells que en dos mesos intentant que s'interessin per tu. Parla sobre allò que atrau l'altre. La drecera per arribar al cor de l'home consisteix a parlar d'allò que més estima. El qui no s'interessi pel proïsme li fa molt de mal i pateix molt en aquesta vida.

Per això, fes-li preguntes de manera que gaudeixi contestant. Anima'l a parlar d'ell mateix i dels seus èxits i, a més de bon conversador seràs bon amic.

Les paraules amables no costen res i, tanmateix, sovint, no les fem servir. Tot i que hi hagi moltes oportunitats, ens resistim a aprofitar-les. Costen una mica de sacrifici, però gairebé a l'instant en rebem cent vegades més.

Procura acostumar-te a parlar amb amabilitat. Amb l'ajuda de la gràcia podràs fer-ho. Un cop s'ha adquirit l'hàbit, ja no es perd fàcilment. Com més et coneguis tu mateix i més unit estiguis al Senyor, més plaent serà per la teva ànima la pràctica de dir coses amables. Per molt necessitat i feble que estiguis, decideix-te a fer un bé al món mentre hi siguis. Les paraules amables són l'eina principal amb què comptes.

14. EVITA DONAR MAL EXEMPLE

L'amor al proïsme prohibeix uns pecats que poden causar la malastrugança o fer un mal espiritual o temporal als altres. En aquest dany espiritual estan inclosos l'escàndol i la cooperació al pecat.

Es considera escàndol qualsevol obra, paraula o omissió dolentes en si mateixes o que tenen aparença de maldat i poden ocasionar un dany espiritual. Uns pares, per exemple, que per negligència no assisteixen a la missa dominical són motiu d'escàndol per als seus fills, perquè els ensenyen a no témer cometre un pecat mortal transgredint el precepte.

L'ESCÀNDOL DIRECTE INDUEIX DELIBERADAMENT D'ALTRES AL PECAT

Comet un escàndol directe qui a dretcienc indueix a d'altres al pecat. Quan algú insta, aconsella, convenç o ordena a un altre a pecar greument, és culpable d'un pecat mortal d'escàndol, se'n surti o no.

Aquests són exemples d'escàndol greu o directe: l'esposa que incita el marit a fer servir la contracepció, o a l'inrevés; els parents o amics que animen un catòlic casat vàlidament i després

divorciat a conviure de manera estable amb algú, i fins i tot a tornar a casar-se; el qui ven, presta o distribueix llibres lascius, fulletons obscens o imatges impures que, per la seva naturalesa, fan que els qui els llegeixen o els veuen tinguin mals pensaments, desitjos i obres; les dones que es deixen veure en públic amb tan poca modèstia que saben que atrauran les mirades o els desitjos luxuriosos dels homes que les mirin; qui ataca les veritats de fe, o parla d'elles en termes despectius o menyspreatus, o bé critica i condemna sacerdots i bisbes amb tant de ressentiment que provoca en els altres la temptació de desobeir l'autoritat; i el marit que ridiculitza o posa obstacles a la seva esposa perquè no accomplixi els seus deures religiosos.

EL MAL EXEMPLE ÉS UNA FORMA D'ESCÀNDOL

L'escàndol indirecte es fa quan el pecador no indueix o incita l'altre directament a cometre un pecat, però sap que les seves paraules, obres o omissions poden produir fàcilment aquest efecte.

La majoria de les formes d'escàndol indirecte vénen del mal exemple d'algú que és conscient del mal espiritual que pot causar. És fàcil que es converteixi en escàndol greu. El mal exemple de qui tingui autoritat té unes conseqüències especialment greus, com el de qui calumnia o maleeix en presència d'un nen.

La persona que beu massa potser incita d'altres a cometre el mateix pecat. El qui explica un relat

obsccè pot donar ocasió a moltes altres històries semblants. És possible que qui inicia una conversa sobre el pecat greu i secret d'algú que no hi és arrossegui d'altres a qualsevol tipus de maledicència.

L'ESCÀNDOL ÉS ENEMIC DE LA CARITAT

El pitjor pecat contra l'amor fratern és l'escàndol, ja que contribueix a la tragèdia més gran que pot esdevenir a un ésser humà: la pèrdua de la seva ànima immortal. També en aquest món és contrari a la caritat fer patir innecessàriament algú.

El Senyor condemna rotundament els culpables d'aquest pecat: *«Al qui fa caure en pecat un d'aquests petits que creuen en mi, més li valdria que li pengessin al coll una mola de molí i l'enfonsessin enmig del mar. Ai del món, on tants fan caure en pecat! Això no es pot evitar, però ai dels qui fan que els altres caiguin en pecat!»*¹.

Escandalitzar pot ser un pecat mortal o venial, segons el mal espiritual que les paraules, obres o omissions fan als altres. Arrossegar a xafardejar amb malícia, però no greument, de qui no hi és present és un pecat venial d'escàndol. Animar i incitar d'altres o bé donar-los un exemple per induir-los a pecar greument és en si mateix un pecat mortal d'escàndol.

¹ Mt 18, 6-7.

Al mal produït per les nostres accions, paraules o omissions, l'escàndol li afegeix la culpa de cooperar al fet que els altres perdin l'ànima i ofenguin Déu. Per això, si has comès un pecat en el qual es troben involucrades altres persones o que les hagi induït a pecar, tens l'obligació de fer saber al confessor no sols el teu pecat, si no l'escàndol que se'n deriva. Quan et confesses d'un pecat que implica el consentiment de l'altre, no cal que esmentis l'escàndol, perquè el confessor ja ho dona per fet.

Després d'haver-te confessat, el teu deure és fer tot el possible per evitar que l'escàndol persisteixi i reparar qualsevol dany espiritual que hagi causat, perquè la caritat t'obliga a intentar salvar del pecat els altres.

Si amb el teu mal exemple has estat motiu d'escàndol, pots esmenar la malaurada impressió que has causat, amb el bon exemple. Així, el noi que ha induït una noia a pecar ha de manifestar-li clarament el seu penediment, el seu desig que ella també obtingui el perdó i la determinació de no tornar a ser ocasió de pecat per a ella.

PER DEFUGIR L'ESCÀNDOL OBRA AMB DELICADESA

Sant Tomàs ensenya que no hem d'ometre les coses necessàries per a la salvació, però que la possibilitat de l'escàndol al feble ens obliga a ometre, o almenys a ajornar, paraules o fets que generalment serien permeses, fins que una explicació adequada elimini el motiu d'escàndol.

Defuig curiosament qualsevol cosa que, tot i sent lícita o indiferent, pugui en determinades circumstàncies convertir-se en ocasió de pecat. Aquesta és la norma proposada per sant Pau pel que fa al menjar ofert als déus. Ja que el ídols no eren res, aquest menjar no estava prohibit; però molts cristians pensaven el contrari i l'apòstol demana als qui estan ben informats que tinguin en compte els escrúpols dels seus germans: *«Per això, si un menjar ha de fer caure en pecat un germà meu, no tastaré mai més carn, per no fer pecar el meu germà»*².

Hi ha qui es permet converses, lectures, modes o balls que no són impropis amb l'excusa que no els fan cap mal. Doncs, s'enganyen amb molta facilitat! No pensen en l'escàndol que provoquen en els qui veuen la seva conducta i es basen en ella per permetre's els plaers més perillosos.

Procura conrear un delicat sentit de la caritat, que pot ser considerada com l'autèntica perfecció de la virtut. Aquesta és la delicadesa que proposa sant Pau. Així estaràs dominat per l'esperit de Crist i la teva ànima serà sensible al bé espiritual de les persones amb les quals convius. Les advertències solemnes, els impropis dirigits als altres per tal que «es portin bé» o les ordres amb la intenció de pressionar-los faran ingrata la virtut als qui vols ajudar. Si no vigiles, fins les obres bones i lícites poden convertir-se en pedres d'escàndol per als qui tenen menys formació que tu.

² 1Co 8, 13.

No adoptis allò que se'n diu una actitud *oberta*. Altres menys instruïts i massa donats a menystenir el que consideren restriccions innecessàries fan servir aquesta mentalitat *oberta* en circumstàncies similars per justificar desviacions del camí que duu a la virtut. Raonen així: «Si això ho fan els bons cristians, perquè jo no ho puc fer?». La malaurada conseqüència és el pecat, del qual potser és responsable aquesta actitud *oberta*.

Si tens l'esperit de Crist, t'adonaràs que els teus coneixements en matèria de moral, especialment si poden ser interpretats malament per persones menys formades, han de ser utilitzats amb discreció. Aleshores estaràs disposat a renunciar al que està permès per a no convertir-te en un obstacle per als altres. El teu amor a Crist ha de ser tan delicat i autèntic que no donis peu a ningú a ofendre'l i es vegi privat del fruit de la seva passió i mort. «*Llavors, per culpa del coneixement que tu tens, es perdrà el qui és feble, un germà pel qual Crist va morir*»³, diu sant Pau.

Demana a Jesús un amor prou ferm per oblidar els beneficis personals abans de posar els altres en ocasió de pecar. Demana-li també la gràcia especial de ser-li fidel quan, si cal, hakis de ser motiu de suposat escàndol, com ho va ser en el Calvari Crist a la Creu.

3 1Co 8, 11.

15. CONREA UN AMOR QUE ES VESSI EN OBRES AMABLES

L'amor és el cor i l'ànima de la religió. Déu és amor i qualsevol obra amable representa un pas cap a Ell. La vida és l'escola on aprenem els mitjans per ser feliços i fer-ne els altres. Aquest ensenyament es fonamenta en l'amor. Sense ell no es pot viure, igualment que una flor no pot brollar sense la llum del sol.

No hi ha cap poder en aquest món més gran que el de l'amor que no perd mai la seva força, que no en sap d'edat i es renova sempre. L'amor filial, l'amor fratern, l'amor conjugal, l'amor a la pàtria: tots són rebrots de l'amor diví, arrelat en el Cor de Jesús, que la mort va destrossar per poder dur l'amor al món.

L'amor busca afermar-se per les obres. És una força plenament real que no es conforma amb bones paraules. Els seus efectes són la disposició a obrar, a guarir, a donar, acollir i consolar. Un amor que romanguí inactiu, és una força adormida, és un amor mort. Si no vols deixar d'estimar, no deixis mai de fer el bé.

El pensament amable és una benedicció, ja que inspira l'obra amable. Per a moltes ànimes aclaparades, la paraula amable que s'ha dit i l'esquerpa que s'ha deixat de dir s'han traduït en felicitat. Adquirir la traça de no pensar ni parlar maliciosament dels altres és una immensa conquesta. El costum d'interpretar positivament

la conducta dels altres és una de les qualitats més excel·lents de l'amor, però la caritat suprema es manifesta fent el bé. Més gran encara que un pensament amable, i més vivificadora que una paraula amable, és la unió de ambdós en l'acció. Sant Agustí diu: «Som el que fem cada dia. S'ha dit: *un arbre bo no pot fer fruits dolents*, ni al contrari. L'arbre és l'home mateix. Els fruits són les accions de l'home. Per tant, no pot un home dolent fer obres bones, ni un de bo fer-ne de dolentes».

La summa perfecció de la caritat consisteix a donar la vida pel proïsme, com Crist ho va fer en sacrifici per la humanitat.

El nostre Salvador ha dit: «*No tothom qui em diu: "Senyor, Senyor", entrarà al Regne del cel, sinó el qui fa la voluntat del meu Pare del cel*»¹. I el nostre Pare del cel ha manifestat la seva voluntat en dos grans manaments: «*Estima el Senyor, el teu Déu... Estima els altres com a tu mateix*»².

El Senyor vol que la teva vida, com la seva, sigui amor fet obres, ja que ha dit: «*Aquest és el meu manament: que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat*»³. San Pau resumeix la vida de Jesús amb aquestes paraules: «*va passar fent el bé*»⁴.

Santa Teresa de l'Infant Jesús deia: «No n'hi ha prou amb donar a qui em demani; m'haig d'avançar als seus desitjos, mostrar-me agraïda i

1 Mt 7, 21.

2 Mt 22, 37; 39.

3 Jn 15, 12.

4 Ac 10, 38.

honorada de poder fer-li un servei; i si m'agafen una cosa meva, no haig de fer veure que em sap greu, sinó, al contrari, mostrar-me contenta que m'hagin tret aquest destorb... Deixar que els pensaments girin al voltant d'un mateix fa l'ànima estèril; hem de tornar tot seguit als treballs de l'amor».

L'amor és el cor i l'ànima de les obres amables. Mentre que no hi ha caritat sense obres, sí n'hi ha d'obres de caritat sense amor. Sant Pau ho expressa així: «*Si repartís tots els meus béns als pobres, fins i tot si em vengués a mi mateix per esclau i tinguéssiu així un motiu de glòria, però no estimés, de res no em serviria*»⁵.

Algunes persones utilitzen la caritat com un mantell per cobrir les seves misèries humanes. La covardia, per exemple, et duu a témer el que digui la gent. Hi ha qui obra algun bé per pura covardia, alhora que cobreixen la seva avarícia amb el mantell de la caritat.

També l'egoisme, la cobdícia i la vanitat prenen en préstec aquest mantell. Ja que les obres de caritat atrauen l'atenció general, et garanteixen una magnífica publicitat. Si el passat d'un home destorba la seva vida social, s'apressa a vestir el mantell de la caritat, que «*cobreix una multitud de pecats*»⁶.

L'orgull i l'afany de poder també es vesteixen amb el mantell de la caritat, que proporciona a l'home una noble aparença. Una vegada, el dimoni de l'orgull va estar disposat a entregar

5 1Co 13, 3.

6 1P 4, 8.

tots els seus béns a Crist si, postrant-se de genolls, l'adorava⁷.

Altres es prenen l'exercici de la caritat com un esport. Cerquen el sentiment d'eufòria d'haver obrat el bé. Tot seguit es convertirà en el tema principal de la seva egocèntrica conversa.

Déu no es conforma només amb el mantell de la caritat ni amb les bones obres. Vol un amor i una bondat autèntics. Arribarà el dia en què ens despullarà del mantell que hem agafat en préstec. No desitja tant que col·laborem amb Ell en les seves obres de misericòrdia com que participem del seu amor sincer i sempre diligent. La seva llei del deure comú no és «donaràs al proïsme», sinó «donaràs amor al proïsme».

ASPIRA A LA BONDAT MÉS QUE A LES BONES OBRES

Sabent que Déu ho veu tot, examina les teves obres de caritat i aprofundeix curosament en els teus motius. Rebutja allò que vagi disfressat de caritat, però no és amor autèntic. És preferible créixer en bondat que no pas fer molt de «bé». Prescindeix del mantell de la caritat i, en el seu lloc, seguint les boniques paraules de l'apòstol, revesteix-te «*dels sentiments de compassió entranyable, de bondat, d'humilitat, de dolcesa, de paciència*»⁸, que equival a conrear un cor ple d'una genuïna i sincera amabilitat. Així podràs presentar-te vestit de noces davant d'Aquell que

⁷ Cf. Mt 4,9.

⁸ Col 3, 12.

és la veritat i l'amor infinits. «Perquè el Fill de l'home ha de venir amb els seus àngels en la glòria del seu Pare, i llavors pagarà a cadascú segons les seves obres»⁹.

L'autèntica caritat ha de ser ferma, diligent i abundant. Hem de reomplir-la constantment. La seva abundància és la mesura i la prova d'un vida interior vigorosa.

San Pau assegurava als primers cristians que no demanava per als conversos una mica de caritat, sinó una caritat abundant, sense límits, sense mesura. Estava convençut que els deixebles de Crist havien de tenir un zel ardent per la caritat, reina de les virtuts: «*demano en la pregària que el vostre amor s'ompli més i més encara, fins a vessar, de coneixement i de clarividència*»¹⁰.

Afirma sant Pau que la fe no s'ha de buscar a cegues, sinó acompanyada d'un «perfecte coneixement i de clarividència». L'amor sense la raó, sense el discerniment, és falsa caritat, un amor afeblit que fins i tot pot fer mal. La caritat il·luminada per la veritat de Déu i el coneixement de les coses que tenen un valor autènticament espiritual et faran molt sant.

L'enaltiment propi és una actitud pagana. L'amor a un mateix a imatge de Crist, al qual tots estem cridats per la nostra vocació a la veritable fe, ha d'urgir-nos a assolir el grau més alt d'amor a Déu. Al capdavant, tu ets el primer interessat a arribar a ser capaç de servir Déu amb l'única intenció d'agradar-lo.

⁹ Mt 16, 27.

¹⁰ Flp 1, 9.

L'home pot resistir-se a la violència, a la raó, a la ciència i al talent, però acabarà rendint-se al bé que obrin amb ell; i ho farà abans encara si la caritat està fundada en un motiu sobrenatural. De vegades qui duu a terme una bona obra no en veu el fruit: Déu desitja afegir aquest sacrifici als mèrits del seu zel apostòlic. Però, abans o després, l'amor triomfarà, perquè l'amor sempre guanya.

16. PRACTICA LES OBRES DE MISERICÒRDIA

La fi de tot amor és el bé de l'ésser estimat; la fi de l'amor a Déu, el seu honor i la seva glòria; la de l'amor al proïsme, el bé espiritual i temporal dels homes i, mitjançant ell, l'honor i la glòria de Déu. Has d'estimar el proïsme per amor a Déu.

L'amor al proïsme t'imposa nombroses obligacions que tenen per objectiu aconseguir el benestar i la felicitat dels altres.

El teu primer deure es prestar-los ajuda material sempre que sigui possible. Jesús ha dit: *«Perquè tenia fam, i em donàreu menjar; tenia set, i em donàreu beure... anava despullat, i em vau vestir»*¹. És una ajuda només corporal, però no menys necessària.

Les principals obres de misericòrdia corporals són donar menjar al famolenc, donar beure a l'assedegat, vestir al nu, visitar els empresonats, hostatjar el pelegrí, visitar els malalts i enterrar els morts.

Donar almoina d'una manera autènticament cristiana no només alleuja les necessitats materials, sinó que enlaira l'esperit del pobre de la seva indigència i dificultats. L'esperit de l'amor ha de transformar el món i fer-ne un lloc millor per viure. Els pobres mai no deixaran d'existir,

¹ Mt 25, 35; 36

però no hi ha pobresa que no pugui minvar mentre cadascun de nosaltres compti amb la possibilitat de fer quelcom per alleujar-la.

Per això diu sant Joan: *«Si algú que posseeix béns en aquest món veu el seu germà que passa necessitat i li tanca les entranyes, com pot habitar dintre d'ell l'amor de Déu? Fills meus, no estimem amb frases i paraules, sinó amb fets i de veritat»*².

En aquest sentit, sant Pau descriu l'actitud autènticament cristiana: *«Recomana als rics d'aquest món que no siguin orgullosos i que no confiïn en riqueses fugisseres, sinó en Déu, que ens proveeix de tot amb abundància perquè en fruïm; digues-los que facin el bé, que s'enriqueixin de bones obres, que donin generosament, que sàpiguen compartir. Així aniran acumulant per al futur un tresor magnífic i segur, i podran assolir la vida veritable»*³.

L'Església ha defensat sempre el dret a la propietat privada. Però qualsevol superàvit, més que afegir-lo a l'abundància del ric, s'ha de destinar als qui no tenen allò que és bàsic. L'aversion que causa el ric no es deu a la seva riquesa, sinó al mal ús que en fa. No desagrada al Senyor qui té molt, sinó el qui estima en excés els béns d'aquest món.

Dóna del que tens. Realment no és teu. Els béns d'aquest món el prenen en préstec de Déu. Tens l'obligació d'utilitzar-los i repartir-los d'acord amb la seva voluntat. No és més ric el qui

² 1Jn 3, 17-18

³ 1Tm 6, 17-19

més en té, sinó el qui més en dóna. Negar el que és teu a qui ho necessita és contrari a la voluntat de Déu i s'assembla a robar. Diu sant Pau: «*Ni els qui roben, ni els usurers... ni els lladres no posseiran en herència el Regne de Déu*»⁴.

«Com va estimar Jesús els pobres!», diu sant Vicenç de Paül. «Ell escollí la seva condició: Ell és el Pare dels pobres i considera que allò que es fa per ells, es fa per Ell. Per això hem d'estimar els pobres amb un amor especial, veient en ells la persona de Jesucrist, i fent-ho tot per ells com si ho féssim per Ell».

CRIST ET CONVIDA A VISITAR EL MALALT

Visitar el malalt és una gran obra de misericòrdia corporal. N'hi ha que són capaços de viure sense l'amor del proïsme, però als malalts l'amor dels altres els dóna vida.

De vegades costa estimar els malalts, als quals els hi cal tant d'amor com als infants. Sovint estan de mal humor, malcontents i susceptibles, i són exigents i egoistes.

Amb tot, la malaltia palesa els trets de les persones dignes de rebre amor. L'home malalt, despullat del seu vestit formal i dels signes externs de la seva posició i honor, encara es fa més home. No importa el que hagi estat: al llit del dolor es converteix en un nen necessitat d'ajuda. La malaltia ens fa més senzills i humils.

⁴ 1Co 6, 9-10

Una resplendor divina il·lumina els tristos trets de l'home malalt, que s'assembla a Crist sofrent, tant desfigurad exteriorment que «no tenia figura ni bellesa que es fes admirar, ni una presència que el fes atractiu»⁵. Interiorment potser estigui trist, com quan Crist va dir: «Sento a l'ànima una tristor de mort»⁶. No hi ha res que no pateixi un malalt que no ho hagi patit Ell.

La caritat que reclama el malalt és un dret sagrat. Ni els sorolls ni les converses, ni la manca de consideració ni la incomprensió han d'augmentar el seu patiment. No se l'ha d'abandonar a la seva aflicció.

Visita el malalt i serveix-lo com puguis: amb una paraula de consol i d'ànim, amb la teva conversa, amb les teves cures, o amb un obsequi o una grata sorpresa. La delicada finor de l'amor farà que no es noti que acompanyar-lo t'exigeix un esforç.

Recorda que visitar i atendre el malalt és una obra de misericòrdia que alleuja una petita part de la seva misèria compartint-la amb ell. Quan el sofriment el faci irritable i el dugui a perdre el control, escolta'l si té desitjos de parlar, i així podràs aconhortar la seva ànima.

Tot i que sigui desconsiderat i estigui constantment demanant allò i allò altre, serveix-lo i així el confortes. En entrar a l'habitació, sigues afectuós, serè, i mostra tota la paciència que puguis. Recorda que el vas d'aigua que li

⁵ Is 53, 2.

⁶ Mt 26, 38.

atanses li ofereixes a Aquell que cridà des de la Creu: «*Tinc set*»⁷.

Crist, model dels qui visiten i tenen cura dels malalts, no evità el contacte amb ells. Va tocar els ulls, la llengua i les orelles malalts, imposà les mans sobre el leprós⁸. Era molt conscient quan els consola que no passem de llarg arran d'ells.

Diu sant Vicenç de Paul: «Visitar i donar consol als malalts i febles és una obra que agrada molt a Déu, ja que ell mateix aconsellà aquesta forma de misericòrdia. Però, per practicar-la amb un zel i un mèrit més grans, has de veure Jesucrist en la persona del malalt, ja que Crist diu que allò que es fa pel pobre i el malalt a Ell se li fa».

En una ocasió, sant Joan de Déu estava rentant els peus a un pidolaire quan hi varen aparèixer els estigmes de nostre Senyor. Sense perdre la calma, sant Joan mirà el pidolaire als ulls i, amb gran senzillesa, exclamà: «Ets tu, Senyor!».

Si no tens temps per al malalt, Jesús tindrà raons per mirar-te el dia del judici i queixar-se en nom de tots els qui vares ignorar: «*Estava malalt o a la presó, i no em vau visitar*»⁹.

La humanitat sofrent clama, implorant un acte d'amabilitat. Si hi ha un dolor que et resulti insuportable que sigui el dolor del proïsme. A imitació de Jesús, has d'estar sempre disposat a fer el bé, fins i tot quan no tinguis obligació de fer-lo. Malgrat això, has de practicar les obres de

7 Jn 19, 28.

8 Mt 9, 29; Mc 7, 33; Mt 8, 3.

9 Mt 25, 43.

misericòrdia en nom de Crist, segons les teves possibilitats i les necessitats del proïme.

ATÉN LES NECESSITATS ESPIRITUALS DELS ALTRES

El teu segon deure és ajudar espiritualment el proïme sempre que puguis. Les malalties de l'esperit són encara més urgents que les físiques. Corregir el qui s'equivoca, ensenyar al qui no sap, donar bon consell al qui ho necessita, consolar el trist, sofrir amb paciència els defectes del proïme, perdonar les ofenses i pregar Déu pels vius i difunts: aquestes són les principals obres de misericòrdia espirituals.

No hi ha res tan preciós en aquest món que una ànima en gràcia, perquè ha estat comprada amb la preciosa sang de Crist. Una vida sencera gastada en rescatar una sola ànima de la ruïna espiritual està ben aprofitada. Si les circumstàncies no et permeten tractar moltes ànimes, lliura't a les que l'amorosa providència hagi posat al teu costat.

Fer bé als altres és una caritat desinteressada. Compartir les seves necessitats físiques i materials. Alleujar la seva estretor, endolcir la seva tristesa i ser un instrument que ajudi espiritualment la seva ànima és una caritat a imatge la de Crist i coopera a la salut de l'Església, el seu Cos Místic.

Al món d'avui hi ha, amb la misèria corporal, molta misèria espiritual: una fe que agonitza, una esperança esmicolada, un amor destrossat, el

dubte, l'error, la passió i el pecat. No deixis que la teva caritat ignori tanta misèria.

Un dia, la gentada posà als peus de Jesús un home afectat per una cruel paràlisi. El Senyor, tanmateix, veié en ell una desgràcia encara més gran: la malaltia de l'ànima. Commogut en la seva misericòrdia divina, digué unes paraules omnipotents: «*Coratge, fill, et són perdonats els pecats*»¹⁰. El Senyor sabia que la necessitat de l'ànima era molt més gran que la del cos.

L'ànima és més pregonament conscient de les seves necessitats que el cos. Qui pateix només en el cos pot ser feliç mentre la seva ànima estigui sana. Però qui tingui l'ànima malalta mai no pot trobar repòs, per molt sa que estigui físicament. El pecador no sempre és conscient de la seva malaltia, però a l'hora de la mort el seu trist estat, lluny de trobar la pau, s'agreuja encara més.

LES OBRES AMABLES DUEN ÀNIMES A CRIST

En una altra ocasió, Jesús contemplà la trista misèria d'una dona agafada en adulteri i se'n compadí, perquè hi veia una ànima humana, la criatura més bella i noble del seu Pare: un fill de Déu: i, mogut pel seu amor misericordiós, es girà vers aquesta ànima i li digué: «*Jo tampoc no et condemno*»¹¹. Paraules plenes de pietat, de confiança, d'amor, de disposició al perdó. No cal jutjar el pecador, sinó que ha de rebre misericòrdia i amabilitat. L'amabilitat ha

¹⁰ Mt 9, 2.

¹¹ Jn 8, 11.

convertit més pecadors que el zel, l'eloqüència o la saviesa.

Llevat que siguis un sacerdot al confessionari, no pots dir una paraula que redimeixi el pecador de la seva misèria espiritual, però sí tens el poder de la teva amable manera de parlar. Una paraula oportuna, dita amb prudència i afecte, té un poder extraordinari. I disposes també del silenciós – però més eloqüent encara – llenguatge del bon exemple, que parla més fort que les paraules. Finalment, comptes amb les poderoses paraules de la pregària, amb les quals pots salvar les ànimes dels homes obtenint-los la gràcia de la conversió.

Fes servir aquestes paraules, tal com Crist ho va fer amb les seves plenes de poder. La teva missió en la vida és la de conquistar per a Déu aquest món seu, infeliç i díscol, i retornar-lo a Ell. Fas amb el pecador una magnífica obra de caritat quan l'ajudes a alliberar-se de la misèria del pecat per posar-lo en el camí que duu a la pau de Déu i a la vida eterna.

I també fas un servei a Déu, que sempre és al costat del pecador i fa seus els seus interessos. El pecador ha estat creat a imatge i semblança de Déu, encara que aquesta sagrada i bonica imatge hagi estat distorsionada i profanada pel pecat. Has de sentir-te urgent a restaurar la imatge de Déu en l'ànima del pecador. Has de col·laborar, si ho pots fer.

En el pecador no només pateix la imatge de Déu: d'alguna manera, com diu sant Pau. Déu

mateix és deshonorat i crucificat: «*Tornen a crucificar el Fill de Déu i l'omplen d'injúries*»¹².

És una obra esplèndida convertir el pecador i, per dir-ho així, treure els claus de les mans i els peus del seu Déu que, cosit a la fusta del pecat, pateix en l'ànima del pecador.

I és també un favor immens que et fas *a tu mateix*. Com a fill de l'eternitat, ets conscient de la urgència d'esforçar-te per assolir-la. Aquest anhel de la teva ànima quedarà satisfet si dones un cop de mà per ajudar en l'obra de la salvació de les ànimes. Sant Ignasi de Loiola ens diu: «Us aconsello que us dediqueu a ajudar l'ànima del proïsme de manera que sempre pugueu procurar a la vostra la cura necessària per guardar-la i perfeccionar-la en totes les virtuts, a glòria de nostre Senyor».

¹² He 6, 6.

17. RECULL EL PREMI DE LES TEVES OBRES AMABLES

A aquestes altures, segur que t'has adonat amb consternació no sols que hi ha molts aspectes de la caritat que no els tens en abundància, sinó que pateixes una greu carència dels seus requisits més bàsics.

Comença fent-te ric en pensaments amables. El teu exercici constant, així com disculpar els que t'irriten, t'enfurismen o et fan mal, aconseguiran que no siguin tantes les teves faltes de caritat. Un superàvit de pensaments caritatius faran més caritatives les teves paraules i obres.

LES OBRES AMABLES ET FARAN SANT

Les obres amables fetes per amor a Déu tenen el poder de fer-te veritablement sant.

— *L'amabilitat et duu a ser amic de Jesús*, que ha dit: «*Aquest és el meu manament: que us estimeu els uns als altres tal com jo us he estimat*»¹. Ser amable vol dir compartir l'esperit de Jesús, que dóna vida a tota santedat.

L'amabilitat farà de tu un fill de Déu lliurat, com et recorda el Senyor: «*Estimeu els vostres*

¹ Jn 15, 12.

enemics, pregueu pels qui us persegueixen. Així sereu fills del vostre Pare del cel»². I sant Joan diu: «*Estimats meus, estimem-nos els uns als altres, perquè l'amor ve de Déu; tothom qui estima ha nascut de Déu i coneix Déu. El qui no estima no coneix Déu, perquè Déu és amor*»³, el que vol dir que l'amor al proïsme és una altra manera d'estimar Déu⁴; al seu torn, sant Pau ensenya que l'amor és l'acompliment de la llei⁵.

— *Les obres amables duen a Déu.* Qualsevol pas que fas en el camí de l'amabilitat és una gambada que t'apropa a Ell. Com va dir sant Joan Clímac, «cada criatura és una escala envers Déu».

— *L'amabilitat t'ajuda a desempallegar-te del teu egoisme.* Ja que es basa en motius generosos, tendeix a crear hàbits desinteressats, que et disposen per als motius més elevats de l'amor diví. Has de trepitjar el teu egoisme: si no, els teus avenços cap a la virtut i la unió amb Déu s'aturaran.

Les accions amables et fan generós en el sacrifici. Estan constantment ocupades, com la bondat de Déu, allí on no hi ha esperança d'obtenir recompensa. Tal com Déu actua sempre per a la seva glòria, així les accions amables, quan són habituals, s'acostumen a fer només per Ell i romanen amagades. Moltes vegades Déu les premia procurant que no rebin cap pagament,

2 Mt 5, 44.

3 1Jn 4, 7-8.

4 1Jn 4, 7-2; 19

5 Rm 13, 8

per tal que així cerquem només per Ell la recompensa.

Per això, l'amabilitat és el camí més fàcil, i potser el més segur, per arribar a la humilitat. Els homes orgullosos, generalment, no són amables. Si la humilitat et fa amable, l'amabilitat et fa humil, i va acompanyada de molta gràcia: de la gràcia que cal per ser sant.

— *L'amabilitat t'instrueix en la veritable saviesa. En paraules de l'apòstol Jaume, «la saviesa que ve de dalt, primer de tot és pura; després, pacífica, amable, dòcil, plena de misericòrdia i de bons fruits, sense parcialitat ni hipocresia. El fruit de la justícia neix de la llavor que han sembrat en esperit de pau els qui treballen per la pau»⁶.*

La saviesa que l'amor confereix a l'home no és ordinària, sinó que «ve de dalt». La filosofia del món es desentén del dolor i de la felicitat de l'ésser humà: té com a únic objectiu la solució dels seus problemes. «Si tingués el do de profecia», diu sant Pau, «i penetrés tots els designis amagats de Déu i tot el coneixement, si tingués tanta fe que fos capaç de moure les muntanyes, però no estimés, no seria res»⁷.

Tens l'autèntica saviesa si practiques la caritat. La saviesa perfecta és més que paraules: és acció i és vida. L'escalf del cor es converteix gairebé espontàniament en llum i guia per a la ment. L'home veritablement amable mai no serà tan limitat en els seus judicis com el que no té caritat, per molt dotat o instruït que sigui. L'amor enlaira

⁶ Jm 3, 17-18.

⁷ 1Co 13, 2.

l'home per sobre dels problemes i les necessitats de la seva existència, i li dóna una visió més àmplia i completa de les coses. Els sants, fins i tot els humils i senzills, acostumen a tenir una visió sorprenentment clara i nítida de les qüestions del coneixement humà i diví. «*El qui estima el seu germà, està en la llum, i res no el fa ensopegar*»⁸, diu sant Joan.

Com més amables som, més a prop estem de la saviesa de l'Amor etern. Fins i tot podríem dir que l'amor no és més que un dels pensaments de Déu – del qual la nostra raó no coneix ni sospita la seva pregonesa – que viu en el cor de l'home.

Segons Faber, «està perfectament justificat dir que la caritat és la visió més pregona de la vida, i la que més a prop està de la visió de Déu; i que, per això, és no només la visió més veraç, sinó l'única totalment veraç. Els pensaments amables són a la criatura el que la Ciència divina és al Creador. Encarnen la veritat més pregona, més pura, la més gran que nosaltres, criatures enganyoses, som capaces d'assolir sobre d'altres, o sobre nosaltres mateixos»⁹.

— *La vida és la recompensa més gran i valuosa de la caritat*, i l'anhel més gran i més pregon de l'home és la vida: una vida en constant creixement, més intensa i eterna. Això que l'home anomena vida – menjar, dormir, treballar, descansar, divertir-se i desitjar – no és vida de manera absoluta. Tampoc s'enforteix ni s'enriqueix pensant, somiant o llegint, ni l'experiència de la bellesa la fa més intensa ni

⁸ 1Jn 2, 10.

⁹ Cf. Frederick William Faber, *Spiritual Conferences*, p. 31.

més rica. Qualsevol sensació ens dona i ens pren una part de la nostra energia vital.

La vida merament natural, malgrat ser el regal d'un amor que sempre li infon força, no en té prou amb si mateixa: algun dia s'acabarà. Només l'amor la fa més plena i l'enforteix.

L'ànima posseeix una vida sobrenatural, una existència immortal. Sant Joan parla sovint de la «vida eterna» i afirma que hem «nascut de Déu», remarcant l'íntima relació entre la vida i la caritat: «*Nosaltres sabem que hem passat de la mort a la vida, perquè estimem els germans. Qui no estima, continua mort*»¹⁰.

La caritat té molt en comú amb la vida divina: com aquesta, no es troba sota la influència del temps. Cada pla, pensament i obra de la vida eterna de Déu són amor etern. «*L'amor no passarà mai*», diu sant Pau. «*Vindrà un dia que el do de profecia serà inútil, que el do de parlar en llengües s'acabarà, que el do de conèixer serà també inútil*»¹¹.

Tot i que la vida sobrenatural de l'ànima no és idèntica a l'hàbit de la caritat que Déu ha vessat en nosaltres, per poder assolir-la, així com per conservar-la i augmentar-la, és condició indispensable l'amor a Déu i al proïsme. Només l'amor pot dir: «Crec en la vida eterna». Només qui estima Déu i els homes té vida en ell: un vida semblant a la de la llavor que ha de ser enterrada en la foscor de la terra, però que tornarà a sortir... vers la llum eterna.

¹⁰ 1Jn 3, 14.

¹¹ 1Co 13, 8.

Aquestes són les recompenses a una caritat generosa que cita sant Pau: l'alta estima dels valors espirituals, una gran puresa de vida, un judici benèvol a l'hora de la mort, i la plena participació en la glòria i lloança de Déu en el cel i per tota l'eternitat: «*Demano... perquè sapigueu discernir allò que més convé. Així arribareu purs i sense ensopecs al dia que Crist ha de venir, plens dels fruits de justícia que rebem per Jesucrist, a glòria i lloança de Déu*»¹².

Val la pena meditar les recompenses a la caritat que esmenta sant Pau.

Demana, primer, «*que sapigueu discernir allò que més convé*». Mitjançant l'exercici de la caritat, el teu coneixement del que exigeix la perfecció cristiana serà encara més nítid. La lluita per la santedat et semblarà més essencial i atractiu.

En segon lloc, demana que sigueu «*purs i sense ensopecs*». La caritat autèntica et farà capaç d'evitar el pecat. Una consciència sincera va seguida inevitablement d'una gran puresa de vida.

En tercer lloc, promet als qui siguin rics en caritat una ajuda de la gràcia que els sostindrà per a vèncer els obstacles de la vida diària, de manera que arribin a ser «*purs i sense ensopecs fins el dia de Crist*», el Dia del Judici, quan Ell obtingui la Seva victòria definitiva sobre el pecat.

En darrer terme, demana que estiguin «*plens dels fruits de la justícia que procedeixen de Jesucrist*». Aquest fruit és la santedat que

¹² Flp 1, 9-11.

assoliràs amb la teva cooperació a la gràcia rebuda, de manera que puguis rendir «glòria i lloança» a Déu en el cel.

Aquestes magnífiques i grans recompenses a la caritat han de servir-te d'incentius forts que et facin desitjar que la caritat domini la teva vida en la mesura que sigui possible.

Demana-li a Jesús que el Dia del Judici et condueixi fins a la «glòria i lloança de Déu», el Seu Pare, sobretot perquè has estat ric en caritat. Demana-li un amor al proïsme que discerneixi cada dia amb una finor més gran.

LA BENEDICCIÓ DE DÉU ACOMPANYA TOTA OBRA AMABLE

Déu sempre ajuda els qui ajuden d'altres a ajudar-se a si mateixos. El Senyor ha promès que ni tan sols un vas d'aigua ofert en el seu nom restarà sense recompensa. Per això, si ets amable amb el fills de Déu – que, en la família divina són germans teus –, Ell serà amable amb tu. Qualsevol cosa que facis pels altres oblidant-te de tu mateix, en realitat la fas per tu. Com diu l'Antic Testament, «llança el teu pa a l'aigua, que a la llarga el retrobaràs»¹³.

L'amor rebrà de mans de Déu la millor i més preuada recompensa: el Seu amor. Si l'amor no arribarà mai a trobar ressò en aquest món, el trobarà sens dubte al cel. «A Déu, ningú no l'ha vist mai», diu sant Joan. «Si ens estimem, ell

13 Qo 11, 1.

està en nosaltres i, dins nostre, el seu amor ha arribat a la plenitud»¹⁴.

Si el nostre Pare celestial estima cada una de les seves criatures, fins i tot el més gran pecador, ben cert estima més encara els qui demostren d'una manera especial, amb els seus pensaments i obres amables, que són fills seus. El Fill de Déu ha d'estimar de manera molt singular els qui donen plena realització al seu anhel més fervent: *«Si guardeu els meus manaments, us mantindreu en el meu amor, tal com jo guardo els manaments del meu Pare i em mantinc en el seu amor»¹⁵.*

L'Esperit Sant, Esperit d'amor diví, se sent especialment atret vers aquelles ànimes que estan animades pel seu esperit i cremen amb el foc del seu diví amor.

Si estimes el proïsme i ho demostres amb obres amables, ocuparàs un lloc especial en el cor de la Santíssima Trinitat, i les tres divines Persones es complauran en habitar en la teva ànima, com ha promès Jesús: *«Qui m'estima, guardarà la meva paraula; el meu Pare l'estimarà i vindrem a fer estada en ell»¹⁶.*

Déu et beneirà exteriorment amb els seu béns; però, sobretot, et beneirà interiorment amb la seva gràcia. Si durant la seva vida els sants han conservat les seves abundants gràcies i han merescut el seu creixement constant, ha estat pel seu pregon amor al proïsme.

14 1Jn 4, 12.

15 Jn 15, 10.

16 Jn 14, 23.

De vegades Déu et deixarà sentir sensiblement, com si res el Seu amor invisible en la pregonesa de l'ànima i, gràcies a la teva caritat amb el proïsme, tastar la dolçor de la seva meravellosa companyia. Aquest sentiment de la proximitat de Déu és el més gran i intens goig que es pot experimentar en aquest món. En aquest moment el Senyor fa realitat la seva promesa: «*Al qui m'estima, el meu Pare l'estimarà i jo també l'estimaré i em manifestaré a ell*»¹⁷. No hi ha millor manera de passar de la foscor a la llum – del sentiment de separació de Déu al de proximitat – que acomplir el manament diví de la caritat.

Si ets amable, Déu mai no s'oblidarà de tu. El Seu amor es farà visible en les abundants benediccions que rebis: «*Feliç el qui s'interessa pel desvalgut! En temps difícils, el Senyor el salvarà; el Senyor li guardarà la vida, el farà feliç a la terra; no el deixarà a mercè dels enemics. El Senyor el sostindrà en el llit de dolor, se n'ocuparà durant la seva malaltia*»¹⁸, diu el salmista.

No hi ha res tan cert com el fet que l'amor de Déu recompensa amb tanta generositat com ha promès: «*Doneu, i us donaran: us abocaran a la falda una bona mesura, atapeïda, sacsejada i curulla fins a vessar. Tal com mesureu sereu mesurats*»¹⁹.

17 Jn 14, 21.

18 Sl 41, 2-4.

19 Lc 6, 38.

LES OBRES AMABLES SÓN UNA FONT DE FELICITAT

Una obra amable va gairebé sempre seguida de la felicitat interior. La felicitat de l'ànima és l'atmosfera en la qual es duen a terme coses grans per a Déu. Seràs veritablement feliç si l'amor de Déu s'apodera de la teva vida i et fa capaç d'estimar el proïsme. Encara que siguis la més pobra de les criatures, t'hauràs assegurat el millor que hi pot haver en aquesta vida. «*El qui estima el seu germà, està en la llum*», diu sant Joan. Quan practiquis la caritat, la teva ànima restarà amarada per la llum de la felicitat.

Un servei fidel i generós, un amor que mai no es desgasta: aquest és el secret de la veritable felicitat. La felicitat és un mosaic format de moltes pedretes. Les obres amables més insignificants, els petits detalls de cortesia són coses que, sumades una a una, en arribar la nit han estat el secret d'un dia feliç.

Cada dia, intenta fer feliç almenys una persona. Tots el matins fes un refugi on aixoplugar algú del calor abrusador de la vida. Si no pots realitzar una obra amable, digues una paraula amable. Si no pots dir una paraula amable, tingues un pensament amable. I calcula, si ets capaç, el tresor de felicitat que hauràs reunit en una setmana, en un any, al llarg de la vida!

És possible que no hi hagi res que compti tant a la vida, res que deixi un record més durador i que tingui més benediccions, que la qualitat del

cor: l'amabilitat. Si sembres obres amables, la teva collita serà perpètua. El millor de la vida són aquestes obres anònimes nascudes del teu amor i de la teva amabilitat. Procura que l'amabilitat dirigeixi la teva vida de tal manera que el teu nom resti gravat als cors dels qui et coneixen, millor que en una llosa de marbre a la vista dels estranys.

LES OBRES AMABLES MEREIXEN EL PERDÓ DELS PECATS

L'amor fratern està íntimament lligat al perdó dels pecats, que és una de les recompenses més sublimes de la caritat: «*Per damunt de tot, tingueu un amor intens entre vosaltres, perquè l'amor cobreix una multitud de pecats*»²⁰, diu sant Pere.

La caritat juga un paper decisiu davant del tribunal de Déu. El sagrament de la Penitència no té eficàcia si no hi ha amor en el cor del penitent. D'una altra banda, molts pecats venials es poden expiar només per amor, i una bona part del que reclama la justícia divina ho podem satisfer sense la confessió.

De tots els actes de penitència que pots fer – estiguin o no vinculats al sagrament de la Penitència –, les obres de caritat són, sens dubte les que més agraden a Déu, més edifiquen el món i aporten un benefici espiritual més gran a qui les realitza. «*Germans meus*», diu Jaume, «*si algú*

20 1P 4, 8.

de vosaltres s'esgarriava lluny de la veritat i un altre el feia retornar, sapiguen que el qui fa tornar un pecador del camí esgarriat, el salva de la mort i cobreix una multitud de pecats»²¹.

Després de la confessió, no deixis mai de dur a terme algun acte de caritat que demostris les teves bones disposicions. Cada nit fes una obra amable, com la d'expressar el teu desig sincer de perdonar i oblidar les ofenses, o de resar pels qui t'hagin ofès.

L'hora de la mort serà un moment molt ingrat per al qui, durant la vida, no hagi conegut ni la caritat ni la compassió. Però l'home que tingui el cor ple de bondat i amor serà admès en el regne diví de l'amor. La mirada de Déu no veurà les seves febleses i pecats, sinó la seva caritat i les seves bones obres. «*Perquè, en el judici, no hi haurà misericòrdia per a aquells qui no hauran tingut misericòrdia; però els misericordiosos poden riure's del judici!*»²², assenyala Jaume.

No hi ha una manera millor de preparar-se per a la mort – potser: tret de defugir el pecat mortal – que fomentar en el cor l'esperit d'amor, el qual t'obligarà a exercitar-te en els pensaments, les paraules i les obres amables. «*Feliços els compassius: Déu se'n compadirà!*»²³, diu el Senyor.

²¹ Jm 5, 19- 20.

²² Jm 2, 13.

²³ Mt 5, 7

TENS UN GRAN DEURE AMB L'AMABILITAT DELS ALTRES

Pensa en tot el que tu deus a l'amabilitat. Si mires enrere, et deixarà parat la quantitat d'obres amables que t'han fet bé. El recompte és gairebé impossible. Les que recordes no són pas tantes com les que has oblidat: no per ingratitud, sinó per les distraccions de la vida i les limitacions de la teva memòria.

Són moltes les circumstàncies en les quals altres han estat amables amb tu. Has estat el destinatari – per a bé i per a mal – de les obres amables de persones que no esperaves. T'han donat la felicitat enmig de les llàgrimes. Tots aquests actes d'amabilitat t'han donat algun bé espiritual. Si no t'han fet millor en el moment, han preparat el camí per tal que ho siguis, o han sembrat una llavor de futura bondat, deixant una empremta amb un poder que mai vas sospitar. Una vegada i una altra, l'amabilitat ha posat els fonaments per a l'obra de la gràcia: en realitat, no ha estat sinó una manifestació especial de la gràcia.

Pensa que poc mereixies totes les accions amables que has rebut de Déu i dels teus semblants. Probablement seran més les que has rebut que les que hags fet a d'altres. Potser pensar en tanta amabilitat, i per part de tantes persones, et resulti gairebé dolorós, ja que et duu a constatar la teva gasiveria. La gent ha assumit per tu el treball dels àngels. T'ha dut al bé. I tu, què has fet de veritat?

Fa por pensar què hauria passat amb tu si els teus pares, amics, professors, companys del col·legi no haguessin estat tan amables amb tu. Potser l'amabilitat hagi estat tota la vida frenant la teva inclinació al mal. El que has obtingut d'ella hauria de ser per a tu un dels incentius més grans per a practicar la virtut. Adonar-te que tot això ho deus a l'amabilitat d'altres ha d'afanyar-te a posar-ho tot de part teva per fer que sigui la regla d'or de la teva vida.

ET JUTJARAN PER LA TEVA AMABILITAT

Et jutjaran i guanyaràs mèrit al cel segons les obres de misericòrdia espirituals i corporals que hakis practicat per amor a Déu. El Dia del Judici, el Senyor les farà servir per distingir els elegits dels dolents. *«Aleshores el rei dirà als de la seva dreta: »Veni, beneïts del meu Pare, rebeu en herència el Regne que ell us tenia preparat des de la creació del món. Perquè tenia fam, i em donàreu menjar; tenia set, i em donàreu beure; era foraster, i em vau acollir; anava despullat, i em vau vestir; estava malalt, i em vau visitar; era a la presó, i vinguéreu a veure'm»*. Els justos restaran sorpresos, perquè mai han vist el Senyor en una tal necessitat. Però Ell els dirà: *«Us ho asseguro: tot allò que fèieu a un d'aquests germans meus més petits, a mi m'ho fèieu»*²⁴. Després rebutjarà els dolents per sempre, perquè no l'han estimat a Ell en la persona dels seus

²⁴ Mt 25, 34-36; 40.

germans. Per boca del mateix Jesús coneixem, doncs, que el nostre destí depèn de com l'haguem estimat en els nostres germans.

Crida l'atenció que Crist, en parlar-nos del judici esdevenidor, faci dependre el nostre destí final de si hem practicat o no en aquest món la virtut de l'amabilitat. Els qui hagin descurat les obres de misericòrdia els rebutjarà: la seva herència serà la maledicció eterna. La negligència en els deures de l'amor és un pecat tan greu i amb conseqüències de tant d'abast com les obres dolentes en si mateixes.

Per això, quan en aquell darrer dia et presentis davant de Crist, no et preguntarà si has dut una vida de dejuni i penitència, o si has dedicat moltes hores a la pregària, sinó si has estimat i ajudat el proïsme. Ben cert que no podem deixar de banda la resta dels manaments, però la seva observança no ens haurà servit de res si no hem acomplert el manament de l'amor al proïsme, tan plaent al Sagrat Cor de Jesús.

EL CEL ÉS LA RECOMPENSA DE L'AMOR

La recompensa que Déu ens fa mentre vivim en aquest món no és més que una bestreta de la que ens té reservada al final de la nostra vida. El cel és la recompensa plena i definitiva amb la qual Déu paga tot el bé que hem fet aquí a la terra.

És una part de la pròpia felicitat de Déu: una petita gota de la seva benaurança, de la felicitat que brolla del seu Cor. En aquest món la

recompensa que obté l'amor moltes vegades està fet de moltes gotes amargues, com la ingratitude, la malícia, els malentesos i el maltractament que rep l'amabilitat. En l'eternitat, tanmateix, l'ànima estarà curulla de dolcesa.

El cel és part de la glòria de Déu. Aquí a la terra, la bondat, allò de més noble que hi ha en el cor, no gaudeix dels mateixos honors que es donen al geni, a l'aristòcrata, al famós. Però en l'eternitat l'ànima amable rep la recompensa merescuda. Així la descriu el llibre de la Saviesa: *«El Senyor els guarda la recompensa, l'Altíssim vetlla per ells. Per això rebran de mans del Senyor les insígnies reials, una diadema magnífica»*²⁵.

Arribada l'hora, als qui hagin obeït el manament gran del Mestre Diví se'ls permetrà prendre part en la glòria del Pare i del Fill, tal com diu la pregària de Jesús: *«Jo els he donat la glòria que tu m'has donat, perquè siguin u com nosaltres som u. Que jo estigui en ells i tu en mi, perquè siguin plenament u»*²⁶.

A la terra, l'home amable ha sacrificat una part important del seu temps per servir, ajudar i agradar el proïme. Amb el seu esforç, les seves privacions, i l'oblit de si mateix, molts han restat mesos, i fins i tot anys, a la seva vida, seguint l'exemple de l'Amor encarnat: *«Hem conegut l'amor pel fet que Jesucrist ha donat la seva vida per nosaltres. Per això, també nosaltres hem de donar la vida pels germans»*²⁷.

25 Sv 5, 15-16.

26 Jn 17, 22-23.

27 1Jn 3, 16.

La recompensa a l'amor és una eternitat vivint, estimant i gaudint en les tasques de l'amor. «*L'amor no passarà mai*»²⁸. Tal com Déu sobreviu a tota vida, la caritat sobreviu a totes les coses: al poder, la ciència, l'art, la bellesa d'aquest món. L'home caritatiu també viu per sempre, perquè el cel és un tros de l'eternitat de Déu. És la possessió de Déu. A totes les ànimes amables, el Senyor els diu: «*La teva recompensa serà molt gran*»²⁹. Amb paraules de sant Joan, «*els qui guarden els seus manaments estan en Déu, i Déu en ells*»³⁰. L'Amor etern es lliura a la persona que en aquest món ha donat el seu pobre amor humà als seus germans. Duus en la teva ànima l'amor etern, que és una riquesa i una benedicció immenses: una vida d'existència eterna. Si l'amor humà és gran, l'Amor infinit de Déu és mil vegades més gran, com l'esclat del sol al costat d'una espelma tremolosa.

El Senyor no es deixarà guanyar en generositat i, el premi dels teus actes de caritat seran gràcies nombroses a canvi del servei que li hages fet a Ell en la persona dels seus germans més petits. A la família de Déu, tots som germans, i Jesús el nostre Germà gran. Cada vegada que ets amable, estàs servint Jesús; i, alhora, Jesús actua en la teva ànima per la gràcia per fer-la més bonica i santificar-la. Però la seva recompensa més gran serà una reserva inesgotable de mèrits en el seu Regne i, sobretot, la possessió eterna de Déu.

28 1Co 13, 8.

29 Gn 15, 1.

30 Cf. 1Jn 3, 24.

Posseiràs el Déu de l'amor per haver-lo estimat a Ell en la persona del proïme.

Santa Caterina de Gènova³¹ digué una vegada: «Si els homes sabessin de quina manera recompensarà el Senyor en l'altra vida el bé que fem en aquesta, la nostra intel·ligència, la nostra memòria i la nostra voluntat estarien només ocupades en les bones obres, costin el que sigui».

Per això, només tens motius de goig si cerques la recompensa que t'espera per la teva amabilitat i consideració, per la teva disposició a ajudar, el teu deseiximent, la teva generositat i gentilesa. *«Nosaltres sabem que hem passat de la mort a la vida, perquè estimem els germans»*, afirma sant Joan. I el mateix Senyor et diu: *«Alegreu-vos-en i celebren-ho, perquè la vostra recompensa és gran en el cel. També així van perseguir els profetes que us han precedit»*³².

³¹ Santa Caterina de Gènova (1447-1510), mística.

³² Mt 5, 12

APÈNDIX

COM ÉS LA TEVA AMABILITAT?

PENSAMENTS AMABLES

El meu cor es nega a perdonar quan m'han ofès?

Quan els altres em fan mal, recordo com Déu ha perdonat els meus pecats i intento perdonar amb el mateix esperit generós?

He alimentat ressentiment envers els altres, tot i que hagi fet un esforç per perdonar-los?

La meva susceptibilitat m'ha dut a ser antipàtic?

He fet un ambient negatiu deixant-me dur pel meu mal humor i aspror?

He reflectit en la meva conducta l'enveja que sento envers els altres?

Alimento pensaments hostils i venjatius envers els altres?

Atribueixo motius malignes als altres abans d'haver pogut confirmar-los?

Tendeixo a mostrar-me sever, groller, fred o temerari en els meus judicis?

Sóc conscient del poderós abast que té el meu exemple, capaç d'influir en altres positivament o negativa, fins i tot quan no veig la influència?

Recordo sovint les paraules de Crist sobre els actes de caritat: *«tot allò que fèieu a un d'aquests germans meus més petits, a mi m'ho fèieu»?*

Li desitjo al proïsme tot el bé que desitjo per a mi?

Visc amb el doble lema de «no fer mai mal a ningú, i cercar la felicitat dels altres sempre que sigui possible»?

PARAULES AMABLES

He procurat evitar el pecat al meu cònjuge?

He descurat el meu deure d'evitar el pecat dels qui estan a càrrec meu o de corregir les seves errades?

He deixat d'informar a l'autoritat dels pecats reals del proïsme que perjudiquen les persones innocents a la comunitat?

M'he negat a parlar o acollir a qui m'ha ocasionat un perjudici?

Després d'una baralla, m'he negat a fer passes per tal de cercar la reconciliació?

He deixat que es difamés algú amb el meu silenci o consentiment?

He permès que es difonguin xafarderies i murmuracions sense intentar canviar de tema?

He deixat passar l'ocasió d'instruir algú en la veritat religiosa?

He calumniat d'altres imputant-los pecats que no han comès o dels quals no tinc proves?

Protegeixo la reputació dels absents, o bé m'uneixo als comentaris sobre les seves faltes?

He fet mal a la fama dels altres explicant els seus pecats secrets a persones que, d'una altra manera, no els haurien conegut, i que tampoc m'han demanat aquesta informació?

He mentit per obtenir un benefici en perjudici d'altres?

He perjudicat o minvat la fe d'altres parlant despectivament de la religió, l'Església, els sacerdots, etc.?

He participat en murmuracions contra el proïsme?

He explicat als meus amics els comentaris negatius que altres han fet d'ells, alimentant l'enemistat?

He fet comentaris corrosius o sarcàstics d'algú?

Vigilo les meves paraules i la meva conducta, especialment en presència dels nens, conscient de la facilitat amb la qual imiten els adults?

Em queixo constantment dels defectes dels altres i em fixo en ells, comentant-los amb altres?

Són el motiu de la meva murmuració l'orgull ferit o l'interès propi?

Comparteixo generosament la joia dels altres, o l'espatllo amb la meva actitud pessimista?

Em queixo del temps, dels qui dirigeixen o de les persones amb qui treballo o convisc?

Em queixo de la feina que em pertoca?

Escolto els altres amb amabilitat?

Sóc capaç d'escoltar la mateixa història o un acudit ja conegut sense mostrar desplaer al meu interlocutor tallant-lo o interrompent?

Elogio amb facilitat?

Tinc enveja dels elogis que es dediquen als altres, especialment si reconeixen el mèrits d'algú que no m'agrada o a qui envejo?

Tinc el costum d'agrair de seguida tots els petits favors que em fan?

Faig sempre un esforç per transmetre paraules d'ànim.

Controlo els meus impulsos de respondre a les paraules desagradables amb desitjos de venjar-me o amb intenció de defensar-me?

OBRES AMABLES

He procurat aprofundir en la veritat segons la qual tot acte de caritat amb el proïsme és també un acte d'amor a Déu?

He deixat de fer almoïna per ajudar els necessitats o per causes caritatives – com per exemple les missions –, malgrat tenir ocasions i disposar de prou mitjans per fer-ho, sense privar la meva família del que és necessari per viure?

He mesurat la meva caritat només en funció del que donen els altres i del que jo puc rebre a canvi, i no en funció de les meves possibilitats i de les mancances alienes?

Tinc en compte el fet que, quan mori, no m'enduré els meus béns, i que el record i mèrit de les meves obres seran el meu gran consol?

He cercat de donar publicitat a la meva almoïna o rebre'n elogis?

He malgastat el diner fora de la meva llar fins l'extrem de privar la meva família del mitjans necessaris per viure?

He descurat el meu deure amb els malalts que depenen de mi?

He col·laborat en el pecat d'una altra persona?

Quan he tingut ocasió, he procurat evitar mals com la difusió de revistes o llibres obscens?

He induït d'altres – especialment els infants – al pecat amb els meus consells o mal exemple?

He permès que altres pateixin injustícia o maltractaments quan podia haver-ho evitat usant la meva influència?

He desaprofitat les oportunitats de consolar algú en la seva aflicció, o d'encoratjar el qui es trobava exposat a la desesperació?

He cercat ocasions per venjar-me d'altres fent-los mal?

He estat susceptible i picallós amb els qui m'envolten?

He fet mal amb les meves rauxes d'ira o la meva impaciència?

He mostrar de seguida el meu penediment sempre que he causat un mal a algú, deliberadament o inconscient?

He contribuït al pecat venial d'altres provocant-los o molestant-los sense motiu?

He destorbat que altres fessin una obra bona dissuadint-los de fer-la?

He pregat pels altres, sobretot quan em veig temptat per pensaments o sentiments d'ira?

He pregat diàriament pels meus pares, la meva família i benefactors?

Tracto el proïsme com voldria que em tractessin a mi, amb amabilitat i disposició d'ajudar-lo?

Penso i actuo amablement amb tothom i els dono el mateix tracte, almenys exteriorment?

Tracto dòcilment i respectuosa els meus pares i superiors, em porto bé com un bon fill?

Sóc tan educat i amatent amb els membres de la meva família com amb els estranys o els convidats?

Procuro donar bon exemple a tots i, si és possible, fer-los feliços amb la meva comprensió, la meva amable conversa i la meva disposició a prestar-los petits serveis?

PREGÀRIA PER DEMANAR AMABILITAT

Deslliura'ns, Senyor, de tota mesquinesa.

Dóna'ns l'amabilitat de pensament, paraula i obra.

Fes que no critiquem ni ens busquem a nosaltres mateixos; que no posem excuses i ens veiem tal com som, sense autoindulgència ni prejudicis; que mai no jutgem precipitadament i sempre amb generositat. Ajuda'ns, Senyor, a ser sempre amables.

Amén.