





Quan les coses van malament, quan arriba la malaltia, quan es mort un persona estimada, quan ens quedem sense feina o en considerem mal valorats, quan constatem que hem errat, quan ens envaeix la soledat o l'angoixa, quan ens abandona precisament aquell/a de qui mai ho podíem pensar, quan és la nit interior, quan tantes males notícies del món pesen de forma insuportable sobre el cor.... quan... quan .....com pregar aleshores?

- 1.- La pregària d'abans de la crisi generalment ja no serveix. Aquella dels temps en els que les coses anaven bé, ara resulta impossible; si t'hi poses, topes amb la paret. Millor ni intentar-ho.
- 2.- La meditació, la contemplació, el silenci profund....no són aconsellables en els temps durs. Et passaràs l'estona donant voltes als problemes i alimentant les angoixes i el teu ego.
- 3.- És possible que trobis certa pau i serenitat en alguns salms. Van ser escrits i inspirats en temps semblants als teus. No qualsevol salm. Abans mira la seva sintonia.
- 4.- És possible que la "pregària vocal" t'ajudi. El parenostre, l'avemaria, l'oració de Sant Francesc, el "preneu, Senyor, i rebeu" de Sant Ignasi... el rosari. Sobre tot si estàs malalt.
- 5.- Val més en els temps durs, curtes pregàries repetides breument que llargues estones donant voltes al cap i el cor. Les curtes són com petites llàgrimes que suavitzen.
- 6.- No intentis que Déu et solucioni els problemes. Demana-li coratge per afrontar-los. Demana-li confiança, fe i força interior, que t'ajudi també a que altres no hagin de pagar els plats trencats.
- 7.- Finalment recorda que va ser el mateix Jesús que va dir que en la tribulació anem a Ell "que és dolç i humil de cor". Invoca Jesús. "Senyor, Jesús, tingueu pietat de mi ". "Cor de Jesús, en tu confio".

*Quan arribin temps millors et sentiràs enfortit, car els temps durs poden fer el cor més fort, quan els acompanya humilitat, paciència, el bon humor possible i la fe.*

---