

The background of the cover is a vibrant photograph of a forest. A stream flows through the center, surrounded by dense green foliage and trees. A large, moss-covered tree trunk is prominent in the foreground on the right. The sky is visible through the canopy, showing a clear blue with some light clouds.

Meditar la Paraula Introducció a la *lectio divina*

DANIEL BOURGUET



Publicacions de l'Abadia de Montserrat

DANIEL BOURGUET

MEDITAR LA PARAULA

INTRODUCCIÓ A LA *LECTIO DIVINA*

Traducció i pròleg de

RAMON RIBERA-MARINÉ

Publicacions de l'Abadia de Montserrat
2023

ÍNDIX

PRÒLEG	5
PREFACI	7
OBERTURA	9
I. LA PARAULA PER ESCOLTAR	11
Tres maneres de llegir la Bíblia	12
Exegesi i meditació	14
Predicació i meditació	15
Un aprofundiment a nivell del text...	16
...un altre a nivell del qui medita	18
Els punts forts de la meditació: el silenci, la solitud...	20
...i la fe	21
Meditació i pregària	22
El miracle de la meditació	24
Com un colom	27
La meditació, guarició interior	30
Al centre de la meditació, el cor	31
La profunditat de la meditació	33
II. LA PARAULA PER POSAR EN PRÀCTICA	35
La paràbola del sembrador	36
Tot està sembrat	38

Els ocells en el camí	40
La terra rocosa	43
Els cards	47
Els fruits de la terra...	50
...o bé els fruits de la llavor	53
III. LA PARAULA PER CONTEMPLAR	57
La paraula centrada en l'home	57
La paraula centrada en Déu	59
El baptisme de Jesús	60
Meditació contemplativa	63
La meditació de l'etíop	65
Condicions ideals per a la meditació	66
Però el text és difícil	67
Intervenció de Felip	69
La presència de l'Esperit Sant	70
El Crist revelat i contemplat	71
El fruit de l'Esperit: la joia que evangelitza	73
La contemplació	75
Més enllà del que veiem	77
Arrabassats per l'amor	78
La contemplació de l'eunuc	81
En la Trinitat contemplada	82
IV. LA PARAULA PER DISCERNIR	85
El que diu l'Esperit Sant	85
Una diferència en la transmissió	86
Una transmissió perfecta	88
L'elecció d'un nou apòstol	90
Sentit literal i sentit espiritual	91
El que diu el Temptador	94
El discerniment necessari	97

La paraula que triga	100
«Jo aixecaré el temple»	102
L'Esperit Sant obra quan n'és el temps	106

Tens a les mans, tu que em llegeixes, un llibret sobre la *lectio divina*. Hauria d'haver estat jo, monjo des de fa molts anys, i incansable lector de la Bíblia, penso, el qui havia d'haver escrit aquestes pàgines en català. Però no ha estat així. Quan em va caure a les mans aquest petit opuscle, em va semblar que no es podia dir res més ni millor, ni amb la concisió i, alhora, la calidesa extraordinària amb què es fa en aquestes reflexions, malgrat no escatimar de mostrar les dificultats del camí de la meditació cristiana.

El seu autor, Daniel Bourguet, és un pastor protestant francès. Ha estat en parròquies i ha exercit l'ensenyament teològic de la Sagrada Escripura, sobretot com a especialista en Antic Testament. Però hi ha més. De fa anys retirat, viu sol, com a ermità, en el que anomena el monestir de *les Abeillères*, prop de Sant Joan del Gard (França), acollint persones en cerca de silenci i aconsellant-les en el seu camí espiritual.

Aquest pastor contemplatiu o contemplatiu pastor, com vulgueu, coneix de primera mà la tradició monàstica catòlica, i ho notareu en la lectura. No obstant això, parla obertament per a cristians de tra-

dició protestant, d'aquí algunes referències concretes a la seva església, però que són igualment vàlides per a tot cristià que vulgui anar a fons en l'experiència interior.

Com a bon protestant té per tradició la Bíblia com a llibre de capçalera, una Bíblia que era compartida per tothom. Aquesta era una de les discrepàncies amb el catolicisme, que en desaconsellava, i fins en prohibia, la seva lectura als laics, ja que era rarament traduïda a les llengües vernacles. Sortosament, hi ha hagut un camí recorregut de conversió en aquest punt tot al llarg del segle xx, sobretot a partir del concili Vaticà II, que la posa com a centre de la vida del catòlic i de la seva reflexió teològica.

El propòsit de publicar la traducció d'aquest opuscle, el nucli del qual no és ja recent (1998), és de donar eines perquè el cristianisme, i més en concret el catolicisme, de casa nostra pugui ser veritablement adult i créixer profundament arrelat damunt la roca ferma que és la Tradició viva de la Bíblia, llegida com a Paraula de Déu.

Ramon RIBERA-MARINÉ
Montserrat, Epifania del 2023

PREFACI

Aquest llibre és la reelaboració d'un curs dut a terme a Someire (Gard) en el marc del recés de la *Fraternité spirituelle des Veilleurs* el març de 1998. Tant en els recessos com en les prèdiques, es deixen de banda les referències bibliogràfiques: s'hi haurien pogut incloure en notes marginals, però he preferit no allunyar-me de l'estil d'un recés, per invitar millor el lector a participar-hi també a partir d'aquest llibre.

Els assistents a aquest recés dels *Veilleurs* eren creients, cristians, i el lector veurà que ho tinc ben present. No n'he canviat res ací, de manera que el lector no creient potser es molestarà; la lectura d'aquest text li suscitarà multitud de preguntes, però que em perdoni: fer un recés és retirar-se per tenir durant un temps un cara a cara amb Déu. L'ensenyament que s'imparteix en un recés és sols una introducció a aquest cara a cara, ja que el qui hi assisteix és, per força, creient. És bo de saber-ho abans de llançar-se a la lectura. M'adreço aquí, com en qualsevol recés, a un lector creient.

En fi, com en un recés, encara, mantinc els elements de l'estil oral; m'adreço a un «amic lector», en forma de diàleg, un diàleg que no necessita res més

que una obertura al més sublim dels diàlegs, el que es fa amb Déu.

Vinga, doncs, amic lector! Que el teu diàleg amb Déu hi trobi nodriment...

OBERTURA

«Feliç l'home que medita la llei del Senyor de nit i de dia.
És com un arbre plantat vora l'aigua:
dona fruit quan n'és el temps» (Sl 1)

Quina imatge més simple i bonica, la d'un arbre, en aquesta benaurança que descriu la felicitat humana, aquesta felicitat que tants homes i dones cerquen avui en dia, una felicitat simple i real, profunda i perdurable. Aquesta felicitat, ens diu el salm, s'origina i es realitza en Déu, en una relació quotidiana, en què l'home extreu tot el que és bo, com un arbre extreu sense parar del rierol proper per donar als altres la seva millor part: els fruits. És que hi ha una felicitat més gran que la de qui ho rep tot de Déu i ho dona als altres?

Aquesta felicitat està lligada a la meditació de la *llei del Senyor*, és a dir, a la meditació de la Torà, i penso que és la mateixa felicitat si ampliem la meditació al conjunt de la Bíblia. Sí, feliç el qui medita la Bíblia de nit i de dia!

Feliç l'home que medita... Aquesta descripció de la felicitat es troba al començament del llibre dels Salms, el llibre de pregària per excel·lència, per dir que el secret de la pregària és la meditació, que la meditació obre a la pregària, cosa que és totalment exacta: la pregària, la paraula adreçada a Déu, és una paraula que retorna, que respon a la pregària prime-

ra, la que Déu adreça a l'home i que l'home rep en la meditació.

Paraula de Déu a l'home i paraula de l'home a Déu; sí, la felicitat es troba en aquest diàleg, en el cara a cara de l'home amb Déu. Aquesta felicitat és tant més gran que ho és *de nit i de dia!*

La meditació de la Bíblia és [especialment] una de les característiques de l'espiritualitat protestant, un dels seus *pilars*. El protestant comença o acaba cada una de les seves jornades amb una Bíblia a les mans, per extreure'n allò que fa viure, per nodrir la seva fe, per sentir la paraula, a la qual farà eco la seva pregària, ara i la resta de la seva jornada. Sí, la felicitat és això, tal com diu el salmista.

Sols que aquesta meditació de la Bíblia la vivim en la solitud, en una tal intimitat en Déu, que no en parlem pràcticament, amb un pudor que ens caracteritza, pudor que cal respectar, però no fins al punt de transformar la meditació en tabú! No està prohibit de parlar de la meditació de la Bíblia, de les seves joies i dificultats. Podem fer-ho, bo i guardant un autèntic pudor.

Aquesta és la matèria d'aquest llibre: feliç el qui medita la Bíblia.

I. LA PARAULA PER ESCOLTAR

La paraula *meditació* designa moltes coses avui dia, en un moment en què els corrents de pensament i d'espiritualitat es creuen i s'interfereixen. En particular, en els cercles de les espiritualitats de l'Extrem Orient, la meditació és considerada una activitat de l'esperit, que consisteix a fer el buit total dels pensaments per deixar que Déu o allò diví ocupi el seu lloc. És el cas, per exemple, de la meditació zen.

Segons la teologia cristiana, no és possible a l'home de fer el buit dels seus pensaments. L'esperit de l'home ha estat fet per a pensar, com un molí ha estat fet per a moldre. Si l'esperit no està controlat, amansit, pensa en totes direccions de manera dispersa i no produeix res de bo. El que és propi de la meditació cristiana no és de fer el buit, sinó de recollir l'esperit en un sol pensament que condueixi a Déu, a fi que Déu ocupi l'espai. La meditació té un contingut i si s'esdevé que fa el buit, no és una cosa de l'home, sinó de Déu; és Déu qui fa el buit per ocupar tot l'espai.

La meditació cristiana té sempre un contingut: una paraula o un fet, o a vegades Déu mateix, quan Déu ho vol. Aquesta paraula o aquest fet venen de la

Bíblia, però no sempre. Es pot meditar una paraula d'algú o bé un fet present o passat, però la Bíblia hi és sempre com a referència, per avaluar, aclarir, apreciar aquesta paraula o aquest esdeveniment, a fi de discernir allò que ve de Déu. I és propi de la meditació protestant [però també dels monjos catòlics], una meditació de la Bíblia directament com a referència primera, per percebre el que Déu vol fer-nos sentir.

Tres maneres de llegir la Bíblia

Abans d'entrar en l'anàlisi de la meditació, cal desbrossar el terreny, comparant tres maneres de llegir la Bíblia. La meditació no és, en efecte, sinó una manera entre les altres de llegir la Bíblia. La lectura de la Bíblia pot fer-se seguint tres orientacions majors diferents. Potser n'hi ha d'altres, però són completament secundàries per a la nostra vida espiritual. Les tres orientacions majors de la lectura de la Bíblia són les següents.

Hi ha l'estudi bíblic, és a dir, l'exegesi. Hi ha també la predicació, és a dir, l'aproximació a la Bíblia amb l'objectiu de proclamar el missatge. I hi ha finalment la meditació, que orienta la lectura d'una manera diversa de com ho fa l'anàlisi exegetica o la proclamació del missatge.

Certament, aquestes tres orientacions de la lectura bíblica no estan sempre tancades o compartimentades. Hi ha sovint corriments d'una a l'altra. Un estudi bíblic pot tornar-se fàcilment una prèdica; una

prèdica pot agafar la forma d'un estudi exegetic; una meditació pot transformar-se en anàlisi exegetica. Tot això no és dolent per força, ni prohibit, sinó que per veure-hi més clar és bo de mantenir aquesta distinció, altrament tindrem dificultats per entendre.

Abans de posar amb més precisió la meditació en relació amb l'exegesi i la predicació, voldria dir-te que caminarem sense suport bibliogràfic, i que això t'explicarà per què avanço lentament i una mica com vacil·lant.

Sobre l'exegesi hi ha una literatura abundant, per omplir una biblioteca, i això està molt bé! L'exegesi és, a més, objecte d'ensenyament a les facultats de teologia. Sobre la predicació, la literatura és menys abundant, però com a mínim és conseqüent, i les obres sobre aquesta matèria són d'una gran qualitat i me n'alegro! A les facultats de teologia hi ha una assignatura sobre la predicació, l'homilètica. Però sobre la meditació, personalment no n'he rebut mai cap curs a la facultat, i la literatura protestant que li és consagrada és mínima! En una paraula, m'adono que tenim ben poca cosa, i això que és important per a l'espiritualitat protestant. Quina paradoxa! Deu ser probablement perquè per a un protestant la meditació pertany al terreny de la intimitat amb Déu, una intimitat que el pudor reté de parlar-ne, i encara més de publicar obres sobre aquesta matèria. En pago un preu ara, i soc ben conscient de ser aproximatiu i imprecís sobre aquesta matèria que demana molt més del que puc donar. Sols espero que altres prenguin el testimoni per anar més lluny.

Per la banda catòlica, la meditació bíblica és el que els monjos anomenen la *lectio divina*, la *lectura divina*. És objecte d'ensenyament i sobre ella hi ha literatura. Passa el mateix en l'ortodòxia. Els monjos catòlics donen molt de temps a la meditació bíblica, cada dia hi consagren dues o tres hores. El que han escrit no és conegut gairebé pels protestants, per la simple raó que n'hi ha prou amb una paraula llatina per produir una certa al·lèrgia: *lectio divina*... No ens repleguem sobre nosaltres mateixos.

He pouat en aquesta literatura i voldria tan sols retenir el que pot nodrir la nostra espiritualitat protestant. Pel que conec, l'únic autor protestant que ha escrit sobre això profundament és Tersteegen, que ens fa anar alguns segles enrere, amb la dificultat que està poc traduït. En l'època contemporània, les millors pàgines sobre la meditació es troben a *La vida comunitària* de D. Bonhoeffer.

Exegesi i meditació

L'exegesi té per objectiu l'anàlisi del text bíblic des de la seva dimensió humana. Es tracta de fer sorgir el que ha volgut dir tal o tal autor —Isaïes, Mateu, Pau o Jeremies—, el que ha volgut dir sobre Déu i sobre els homes en la seva relació amb Déu. Aquesta anàlisi estudia tan profundament com sigui possible cada paraula, cada expressió, cada verset, amb els mètodes que serveixen també per a l'estudi dels textos profans. Es llegeixen Mateu o Amós amb

el mateix rigor i la mateixa atenció que ho fem amb Descartes o Victor Hugo. L'exegesi bíblica és feta per a aprofundir el nostre coneixement de Déu.

En relació amb l'exegesi, allà on s'escolta una paraula *sobre* Déu, en la meditació s'escolta una paraula *de* Déu. En veus la diferència? En la meditació, el text bíblic no s'aborda pel que em vol dir sobre Déu, sinó com un text a través del qual Déu em ve per parlar. No és Miquees, David o Marc a qui escolto, sinó Déu mateix; i en aquest sentit, el text bíblic no és gens semblant a un text profà.

La meditació és conscient que els autors bíblics tenen tendència a desaparèixer davant de Déu per fer-li lloc. *Així parla el Senyor*, diuen sovint. Alguns autors bíblics fins i tot han quedat en l'anonimat absolut, perquè el lector se centri en un altre, en aquell a qui cal escoltar per damunt de tot: Déu. Els autors bíblics ens remetent sempre més enllà d'ells mateixos cap a Déu, a qui volen donar la paraula. I és això el que té en compte la meditació. Respecta i honora la desaparició dels autors bíblics, i s'esforça a escoltar aquest Déu, que a través seu es vol fer sentir per nosaltres. La meditació està sempre buscant qui, a través del text, està més enllà del text.

Predicació i meditació

En la predicació, el predicador cerca també, a partir d'un text bíblic, fer sentir la paraula de Déu, que ha sentit en el text i que vol fer-ne participar

als altres, tot proclamant-la. No obstant això, per als qui senten aquesta prèdica, el predicador és un tercer que s'interposa entre el text i ells, una espècie de mitjancer indispensable, humil, que es compromet i s'arrisca amb la seva proclamació, a vegades de manera admirable, però un tercer, del qual depenen.

En la meditació, no existeix aquesta tercera persona i jo estic cara a cara amb Déu, o, en altres paraules, és la caixa de ressonància d'una paraula que Déu vol fer-me sentir; en la meditació, el text bíblic m'obre a la solitud amb Déu.

En el protestantisme [i actualment n'hi ha *on line* en el món catòlic], per a la meditació diària, es proposen llistes bíbliques. Les edicions tenen tendència a conduir la meditació amb un comentari que, per breu que sigui, esdevé prèdica, en la mesura que el comentari s'interposa com una tercera persona entre el lector i el text bíblic. Suggerixo en aquest cas de començar la meditació pel text bíblic sense llegir el comentari, per quedar-se només amb el cara a cara amb Déu. Sols a la fi, després d'un temps de meditació, llegeix el comentari, i compartirem la meditació del seu autor. Aquest compartir és sovint fructuós: serveix per a enriquir la meditació i no per a encaminar-la o reemplaçar-la.

Un aprofundiment a nivell del text...

La meditació es caracteritza per un doble aprofundiment: a nivell del text en particular, però també a nivell del qui medita.

L'aprofundiment a nivell del text bíblic fa aparèixer que en la Bíblia hi ha una distància entre el text i la Paraula de Déu. És perillós confondre *Bíblia* i *Paraula de Déu*. Fem servir a vegades una expressió per l'altra per anar de pressa, però cal fer-hi atenció: aquesta aproximació no és satisfactòria en la mesura que tendeix a l'assimilació. *Paraula de Déu* i *Bíblia* no s'han de confondre perquè Déu pot parlar-nos des de fora de la Bíblia, a través de tal o tal paraula dita per un dels nostres contemporanis, o bé a través d'un fet de la nostra història. Però això no ho és tot, encara. Quan Déu em parla a través de la Bíblia, el text bíblic i la paraula de Déu no s'han de confondre, fins si estan íntimament units, i si són inseparables.

Quan llegeixo un text bíblic, el text és aquí perquè el llegeixi. És sempre aquí, però la paraula de Déu no es fa sentir sempre. Pot ser perquè soc sord a aquesta paraula, però potser perquè Déu no tingui res a dir-me a través d'aquest text. Déu pot estar callat, mentre Mateu, Marc o Lluç em diuen alguna cosa sobre ells. Mateu pot parlar i Déu callar!

El que mostra, penso, més la distància entre l'autor bíblic i Déu, és el fet que un mateix text no em dona la mateixa paraula de Déu en dos moments diferents de la meua existència. Amic lector, sens dubte ho has notat. Déu ens parla d'una manera clara a través d'un text en un moment de la nostra vida; en un altre moment, amb aquest mateix text Déu no ens hi fa escoltar res, o ens diu una cosa molt diferent. Serà una altra paraula la que rebrem, tot i que

es tracta d'un mateix text! Això demostra que hi ha una certa distància entre la paraula i el text.

La paraula de Déu és inseparable del text, però no s'hi confon, simplement perquè són de natura diversa. Paraula de Déu i Bíblia no són de la mateixa natura; no es confonen ni se separen.

Hi ha una distància entre el text bíblic i la paraula de Déu i l'objecte de la meditació ha de franquejar aquesta distància. L'aprofundiment va en aquest sentit: aprofundir el text en la direcció de la paraula de Déu.

...un altre a nivell del qui medita

El segon aprofundiment que té lloc en la meditació se situa en el nivell del qui medita.

Quan llegeixo un text, ho faig amb els meus ulls i la meva intel·ligència, però a mi em passa com als deixebles d'Emmaús (Lc 24,13-35), que en un primer moment han vist i han escoltat tan sols un desconegut que feia camí amb ells. Els dos deixebles no han reconegut que aquest desconegut era Jesús, perquè *els seus ulls eren incapaços de reconèixer-lo* (v. 16). Amb els ulls corporals veien Jesús, però amb els ulls del cor no el veien. De la mateixa manera, amb les orelles corporals sentien Jesús i hi han dialogat, però les orelles del cor no eren obertes per reconèixer la veu d'aquell amb qui dialogaven. No és sinó més tard, en la fracció del pa, que *se'ls obriren els ulls i el van reconèixer* (v. 31); es veu que hi ha una distància entre

la nostra mirada corporal i la nostra mirada interior, entre les orelles corporals i les orelles del nostre cor, entre els nostres sentits exteriors i els nostres sentits interiors, que la Bíblia situa en el cor. *El nostre cor no s'abrusava dins nostre, mentre ens parlava?*, diuen els deixebles d'Emmaús (32). Això vol dir que l'audició de la paraula de Déu no està en el mateix pla que la paraula humana. Amb termes de la Bíblia diria que la lectura del text bíblic es fa amb els ulls i l'audició de la paraula de Déu, no amb les orelles, sinó amb el cor. Plagiant Saint-Exupéry, *L'essencial és inaudible amb les orelles, no se sent bé sinó amb el cor*.

Hi ha un aprofundiment necessari en nosaltres: la meditació vol arribar al cor perquè sigui escoltada la paraula de Déu.

Aquest doble aprofundiment manifesta que la lectura està en l'ordre del visible, mentre que la meditació està en el de l'invisible. Qui llegeix té un text a les mans, té la Bíblia a les mans. El poden dibuixar o fotografiar llegint. Però la meditació està en l'ordre de l'invisible; tot s'esdevé, en efecte, entre el cor i Déu, en un cara a cara que s'escapa de la nostra mirada. La meditació apareix sols com a lectura, però l'essencial és invisible, en profunditat, en la profunditat del cor, més enllà de la mirada, i en la profunditat de la paraula, més enllà del text.

Tot això subratlla com és de difícil dir el que un viu en la meditació, com és de difícil parlar-ne. No es tracta sols d'una qüestió de pudor; la meditació se situa a una profunditat inhabitual de l'ésser, allà on el nostre llenguatge és limitat: caminem en l'invisible,

allà on es fa sentir aquell que el nostre cor té tanta dificultat a sentir.

Els punts forts de la meditació: el silenci, la solitud...

Per escoltar cal silenci. L'audició millor es fa en el més gran silenci. Una de les desgràcies del nostre temps és que l'audició s'ha empobrit, ja que no se sap fer silenci.

En la mesura en què la meditació és una audició, el silenci també és necessari. Per meditar es recomana estar en silenci. És bo de fer-hi atenció, perquè la meditació vagi de la millor manera. Triem els llocs i els moments del dia en què hi ha més silenci per al nostre temps de meditació.

Aquí es tracta del silenci exterior, que certament no s'ha de negligir. No obstant això, penses correctament que la meditació necessita també un altre silenci, que se situa en el mateix pla de profunditat que el cara a cara amb Déu, en el pla del cor. Per escoltar la paraula de Déu, el silenci necessari és un silenci interior, el silenci del cor, el silenci dels pensaments que xerren tan fort com poden amb un enrenou molt més molest que la televisió del veí o les motos del carrer! El silenci dels pensaments: és aquest el que cal aconseguir. No soc responsable del soroll exterior, no en soc l'amo. Contràriament, soc responsable de la meva xerrameca interior i soc jo qui ha de saber domi-

nar-la. Sortosament, el qui sap fer silenci en un mateix per meditar, podrà meditar perfectament, fins i tot enmig d'una multitud.

Juntament amb el silenci, la meditació demana també solitud. L'estudi bíblic s'enriqueix en el diàleg amb els altres, i sempre és més fructífer de fer aquest estudi en grup. És diferent de la meditació, que té necessitat de solitud.

El silenci i la solitud són el marc ideal per a la meditació. Però quan parlo de solitud, es tracta d'una solitud ben particular, fins i tot d'una falsa solitud, ja que, parlant amb propietat, es tracta d'una solitud amb Déu! A nivell visible, la solitud és necessària, però a nivell de l'invisible, es tracta d'un cara a cara amb Déu, d'un cara a cara en el qual em poso a l'escolta de Déu, de la seva paraula.

A propòsit de l'escolta, diria que no és la mateixa en l'exegesi que en la meditació. En l'exegesi, m'esforço a escoltar el que han volgut dir Amós, Jeremies o Lluc, cadascú a la seva època. En la meditació, m'esforço per escoltar el que Déu vol dir-me avui, a través d'un text d'ahir. La predicació fa igual: cerca de fer sentir una paraula per a avui, a partir d'un text d'ahir.

...i la fe

El que és propi de la meditació és, doncs, d'acarrar dues persones: Déu i l'home. Es pot precisar, tot dient que acara Déu i el creient. L'exegega pot ser

no-creient i fer un treball excel·lent. Es tracta d'escoltar Ezequiel o Pau amb gran atenció, una atenció que exigeix benvolença i obertura sobre el que diuen aquests homes de Déu, i un no-creient n'és capaç. Però la meditació és diferent! Situar-se davant de Déu, voler escoltar Déu, és una actitud creient per força. Això implica creure que Déu pot parlar, pot parlar-me. Només en la fe s'escolta Déu que parla, o bé s'escolta el silenci de Déu. Acollir el silenci de Déu en la meditació és encara una actitud de fe. Hi ha dies, en efecte, que la meditació va de dret al silenci de Déu, però és en la fe que s'acull aquest silenci i no té res a veure amb el silenci que troba el no-creient. El no-creient troba el silenci de l'inexistent i s'agafa a aquest silenci per explicar la seva manca de fe. El creient, contràriament, troba el silenci del que hi és; acull aquest silenci en tota confiança i continua escoltant.

Meditació i pregària

La meditació se situa en el cara a cara de dos protagonistes en diàleg, però sols és una part d'aquest cara a cara, un dels elements d'aquest diàleg.

En la meditació, l'home escolta el que li diu Déu, i sols fa això: escoltar. Això no obstant, el diàleg amb Déu implica també que l'home parli amb Déu, bo i responent a la paraula sentida; aquesta resposta de l'home és la pregària.

La meditació i la pregària són els dos elements

essencials del diàleg amb Déu. En la meditació, Déu parla i l'home escolta. En la pregària, l'home parla i Déu escolta. Si falta un dels dos elements, el diàleg es torna coix i acaba per no ser diàleg. La pregària s'inscriu en la lògica de la meditació, d'una manera tan vital com la diàstole i la sístole ho són per al bon funcionament del cor.

Aquest llibre se centra en la meditació, però ho farà amb referències constants a la pregària, de la qual és inseparable.

El qui prega sense meditar mai, sense escoltar mai Déu, corre el perill d'apagar la pregària, com s'apaga un foc amb l'intent de posar-lo a foc lent: es redueix a fi de comptes a un monòleg interior, en una mena de cercle tancat. I passa, això! Algunes persones viuen la seva pregària com un monòleg interior enervant, però nosaltres també. No ens deixem envair per la desesperació! Això passa per no haver fet cap esforç per escoltar Déu i haver-lo obligat al silenci. Retrobem l'escolta i la meditació; estiguem disponibles i atents, i Déu, amb la seva gràcia, ens donarà d'escoltar-lo de nou. En aquest moment la nostra pregària esdevindrà pregària autèntica. Tota persona que prega té necessitat de meditació per a la bona salut de la seva pregària.

A la inversa, el qui medita sense pregar mai s'arrisca a apagar la seva meditació, com volent-la posar a foc lent, tot reduint-la, finalment, a una reflexió interior, en circuit tancat. I això també passa! Enfront del silenci de la nostra pregària, Déu acaba també per callar. Sortim de nosaltres mateixos, del nostre

silenci davant de Déu, i Déu, en la seva gràcia, ens farà sentir-lo de nou. Aleshores, la nostra meditació tornarà a ser una autèntica meditació. Tothom que medita té necessitat de la pregària per a la bona salut de la seva meditació.

El cara a cara amb Déu associa estretament pregària i meditació, al ritme del diàleg, és a dir, sense allargar-se. Al teatre, els monòlegs llargs són peces de lluïment, però els diàlegs sonen a artificials! Amb Déu no som al teatre! No s'hi aconsellen monòlegs llargs! La nostra meditació serà més rica i bonica si apareix entretallada de pregària, com a resposta del que sentim de Déu. Això afavoreix el veritable diàleg. Igualment, unes pregàries interminables sense l'ajut de meditació no són per força signes d'una bona salut espiritual.

El miracle de la meditació

El diàleg és un intercanvi de paraules, que vol dir que és un intercanvi d'escoltes! Quan un parla, l'altre li ofereix l'escolta com a regal; escoltar és un gest d'amor. Ens queixem que Déu no ens fa aquest regal quan preguem! Hem de saber que Déu espera que nosaltres també li regalem la nostra escolta, que li fem el regal de la nostra atenció; i és això la meditació: és el regal de la nostra escolta que oferim a Déu. Per això escoltar està al nivell del cor, perquè és amor. Estimar Déu amb tot el cor és també escoltar amb atenció. La meditació és un gest d'amor per a Déu.

La meditació és difícil, perquè és difícil escoltar. Si escoltar els altres ja és difícil, amb molta més raó ho és escoltar Déu! Ho sabem prou! Salomó ho sabia també, ell que demanà, com un do de Déu, «un cor que escolti» (1Re 3,9). Sí, també a nosaltres, Senyor, dona'ns un cor que escolti!

No deixem de desitjar saber escoltar Déu. En efecte, Déu espera tant aquest gest d'amor de part nostra que ens hi ajudarà, és així com obra. Cada vegada que veiem ressonar una paraula de Déu en la nostra vida, no ho hem de viure com una victòria nostra, com una gesta que mostraria l'alt grau de la nostra vida espiritual. No! Cada vegada que escoltem una paraula de Déu, no és una victòria nostra, sinó simplement un miracle! Uso aquesta paraula expressament. La victòria no ve de l'home, sinó de Déu. Escoltar Déu és un do de Déu; escoltar Déu és posar Déu en el nostre actiu; és ben bé un miracle. Escoltar Déu és impossible a l'home, sense l'ajuda de Déu. El llibre del Deuteronomi ho diu admirablement: «els farà escoltar les meves paraules» (Dt 4,10). Sí, si l'home escolta és que Déu es fa sentir. I és en la mesura que Déu es fa sentir, que Déu pot reclamar a l'home la seva escolta: «escolta, Jacob, servent meu» (Is 44,1), és a dir, «escolta'm, sí! Ja que, com a servidor meu, et faig escoltar-me».

D'una banda, la meditació ens reclama posar l'atenció al màxim, una atenció plena d'amor, i, d'altra banda, és un miracle que Déu ens fa amb la seva gràcia. Amb els teòlegs podem dir que la meditació és una sinergia del nostre amor i de la gràcia

de Déu. En la meditació, en la qual també nosaltres donem el bo i millor de nosaltres mateixos, tot ve de Déu. En aquesta sinergia, tot el nostre esforç és una gota d'aigua en l'oceà de la gràcia de Déu.

Si l'home escolta Déu, és per l'acció de l'Esperit Sant. Ho descobrim a l'evangeli de Joan: «el qui és de Déu, escolta les paraules de Déu» —i és això la meditació (Jn 8,47), és a dir, ha *nascut de Déu*, tal com precisarà Jesús a Nicodem (Jn 3), tot dient que això ve de l'Esperit Sant (Jn 3.5,6...).

Això ens permet comprendre una mica millor què és la meditació: és un miracle puntual, cada vegada que se'ns dona d'escoltar la paraula de Déu; però és sobretot el fruit d'una transformació profunda, d'una regeneració, el fruit d'un «nou naixement», del qual parla Jesús. És l'home nou, nascut de l'Esperit, que pot meditar. És pel nostre baptisme que Déu ens prepara i ens obre a la meditació. L'Esperit obra en nosaltres d'ençà del nostre baptisme i afaïçona el nostre ser dia rere dia. A aquest miracle en profunditat que és el baptisme, hi afegeix el miracle puntual de cada meditació, en què la paraula es fa escoltar.

Ho veus? La meditació està molt lligada a l'obra de l'Esperit Sant. L'Esperit bufa allà on vol; té necessitat d'espai per a poder bufar. I és precisament ací que retrobem tot el que dèiem fa poc sobre la distància.

Hi ha una distància entre el text bíblic i la paraula de Déu, i és aquí que s'esmuny l'Esperit per fer que el text doni accés a la paraula. En l'aprofundi-

ment del text vers la paraula, és l'Esperit que condueix la nostra meditació per fer-nos sentir la paraula.

Hi ha distància entre els nostres ulls corporals i el nostre cor, entre les nostres orelles corporals i les del nostre cor; és en aquesta distància on s'esmuny l'Esperit per fer que el nostre cor senti allò que les orelles no saben ni poden escoltar.

Si, doncs, la meditació és un miracle així, és evident que no puc començar una estona de meditació sense invocar la presència de l'Esperit, tant sobre el text, a fi que faci sentir la paraula, com sobre mi mateix, a fi que senti aquesta paraula.

En resum, la meditació comença per la pregària, una pregària que no busca dominar l'Esperit Sant, sinó a entregar-m'hi; una pregària amb què m'entrego totalment a ell, amb tot el meu cor, això és, amb la meva intel·ligència. Meditar no és renunciar a la intel·ligència, com alguna vegada es creu, sinó entregar a Déu la intel·ligència perquè la renovi. «Sigueu transformats per renovar el vostre intel·lecte», diu Pau, «perquè discerniu quina és la voluntat de Déu.»

Com un colom

En la nostra aproximació a la meditació, aturem-nos en el verb *meditar*, el que trobem al començament del Sl 1: «Feliç l'home que *medita* la llei del Senyor de nit i de dia».

El verb hebreu que traduïm així és un verb que descriu un sorollet lleuger, igual i continu, i que de-

signa especialment el soroll que fa el colom que parrupa (Is 38,14). Es tradueix *meditar* per *murmurar*, però cal relacionar aquest murmuri amb el parrupeig del colom.

Usat en relació amb un home, aquest verb té com a subjecte paraules emparentades amb la meditació. Com a subjecte del verb hi trobem la llengua (Sl 35,28), o bé la gola (Sl 115,7), o el paladar (Pr 8,7), o més globalment la boca (Sl 37,30). Significa en primer lloc la boca que medita, bo i fent un sorollet lleuger, que no s'adreça a ningú més que a aquell que medita. A qui, doncs, s'adreça quan un està sol meditant, si no és a un mateix? De fet, el qui medita diu amb la boca el que llegeixen els seus ulls, ho diu a les seves orelles, tot unificant així el seu ésser, els seus ulls, la seva boca i les seves orelles, en una activitat que necessita, efectivament, la reconciliació de l'ésser.

En la meditació, parrupant la paraula de Déu, m'adono que dic amb la meva pròpia boca allò que ve de la boca de Déu, quelcom estrany i meravellós! Estic a l'escolta de la paraula de Déu, i soc jo qui pronuncia la paraula que Déu em diu. Si dic d'aquesta manera en lloc d'ell allò que ha de dir-me, significa que em trobo parcialment en Déu. En el cara a cara de la meditació, l'home i Déu estan tan a prop que es confonen les seves boques. «Seràs com la boca meva», diu Déu a Jeremies (15,19); és també el que diu a tota persona que medita la paraula de Déu. Com no sentir Déu, quan tinc la seva boca tan a prop?

A base de dir i redir sense parar la mateixa pa-

raula de Déu per impregnar-me'n, aleshores a poc a poc aquesta paraula m'habita i m'empeny a viure, a esdevenir com l'encarnació d'aquesta paraula. Per aquesta impregnació de la paraula en tot el meu ésser es fa la unificació, gràcies a Déu, per la paraula. Per parlar d'aquesta impregnació, el pares parlen de la «ruminació»! És això, exactament! La meditació és la ruminació de la paraula! A les Abelleres (a casa meva), tinc ovelles sota la meva finestra. Quan ruminen, et prometo que no fan res més! No existeix res més. Per això, per al qui medita no hi ha res més que la paraula que l'habita. La paraula de Déu és en ell, i ell és en Déu.

En altres textos, no és la boca la que medita, sinó el cor (Is 33,18; Pr 15,28, 24,2); és la manera més clara per expressar que la meditació és ben bé una activitat interior de l'home. Quan ara mateix posava la meditació al nivell del cor, em recolzava en aquests textos.

El recolliment de l'ésser, per unificar els ulls, la boca i les orelles, té per objectiu el cor, aquest punt de l'ésser en què l'home pot trobar la seva unificació, amb l'ajuda de Déu. Certament, en el silenci dels pensaments l'home pot sentir en el seu cor la paraula que medita, repetint un cop i un altre la mateixa paraula, com el colom que rediu sense parar la mateixa cosa.

La boca, els ulls, les orelles i el cor! Et deia més amunt que és molt difícil de fer callar en un mateix el guirigall dels pensaments. És veritat, però no esperem haver fet silenci interior per proposar-nos meditar. Hauríem d'esperar molt de temps! En realitat,

el fet mateix de meditar provoca el silenci interior, sobretot si practiquem la meditació com a la Bíblia, en veu baixa, amb un lleuger murmuri de la paraula. Fes-ne l'experiència i ho veuràs. Els teus ulls estaran atents al que llegeixes, la boca també, igual que les orelles; les teves pròpies paraules baixaran al teu cor, que veurà sols el que veuen els ulls, que no dirà més que el que diu la teva boca i que no sentirà més que el que senten les orelles. Llavors el teu ésser podrà conèixer el silenci, aquest silenci interior en el qual sols ressona una paraula, la paraula de Déu.

Quan el colom parrupa, està generalment tot sol. Hi ha ocells que canten per correspondre a d'altres, però el colom parrupa tot sol, llevat que estigui en Déu! Medita!

Quan el colom parrupa, no fa res més. Cessa tota activitat i resta immòbil, com ens ensenya per a la nostra meditació!

El més petit soroll destorba el colom, que interromp el parrup, mentre no torna el silenci i reprèn la meditació.

La meditació, guarició interior

«Tot és santificat per la paraula de Déu» (1Ti 4,5). Posant la seva paraula a la nostra boca, Déu ens santifica la boca, com ens santifica les orelles, els ulls, el cor, mitjançant aquesta paraula que ve per habitar en nosaltres. La paraula de Déu té més efecte en l'ésser interior que en l'exterior. És així! Passa com amb

les paraules humanes: no ens fereixen els ulls, les orelles ni el cos, però sí que ens poden ferir profundament l'èsser interior. Els psicòlegs, els psiquiatres i els psicoanalistes saben prou bé quins desastres interiors pot causar una simple paraula humana. Bé, doncs, si hi ha paraules que fereixen l'interior, la paraula de Déu cura, guareix i regenera, bo i santificant l'interior. Aquest és un dels beneficis negligits de la meditació. Meditar la paraula de Déu és també ingurgitar un remei espiritual i exposar-se als beneficis terapèutics d'aquesta paraula, que actua fins en allò de més profund que hi ha en el nostre inconscient. Feliç el qui té un cor guarit, purificat i santificat, ja que això també marcarà el seu ésser exterior. Així resplendia el rostre de Moisès.

Al centre de la meditació, el cor

El cor, avui en el nostre món occidental, no evoca la mateixa cosa que en la Bíblia: voldria desfer alguns equívocs.

Per a nosaltres el cor és la seu dels sentiments. També en la Bíblia, per això se'ns demana, per exemple, d'estimar Déu «amb tot el nostre cor» (Dt 6,5; Mt 19,8).

Però el cor, a la Bíblia, és molt més. El cor és la seu de la fe; així, Pau pot dir: «si creus amb el cor» (Rm 10,9). I mira com Jesús se les heu amb els qui tenen «un cor lent a creure» (Lc 24,25). El cor està fet per creure.

Finalment, el cor és la seu de la intel·ligència.

Actualment, situem la intel·ligència al cap, però això no és bíblic. Segons la Bíblia, la intel·ligència és al cor, com es veu clarament a Dt 29,4, que diu que els ulls estan fets per a veure-hi, les orelles per a sentir-hi i el cor per a comprendre. És un dels grans errors del món modern haver dissociat la intel·ligència de la fe i de l'amor. L'home modern no sap retrobar la seva unitat interior.

Tot això és important: quan el cor medita, quan fa servir l'amor, la fe i la intel·ligència, quan llegeixo en veu baixa o en veu alta, unifico la boca, els ulls i les orelles. Quan medito en el meu cor, unifico la meva fe, el meu amor i la meva intel·ligència. M'agrada ser intel·ligent, però si no tinc amor no entendre la paraula de Déu (cf. 1C 13,2). Si no tinc fe, aquesta paraula no em serveix de res, com afirma He 4,2. I si Déu no ve a obrir-me la intel·ligència, aquesta paraula esdevé morta.

El lloc de la meditació per excel·lència és el cor. I per què el cor? Doncs perquè la paraula, que ve de Déu, procedeix del cor de Déu. Sols el cor pot comprendre el que ve del cor. Només el cor humà pot comprendre el cor de Déu. De fet, per parlar de la meditació, és preferible, no pas un cara a cara amb Déu, sinó més aviat un cor a cor amb Déu.

Fins aquí els diferents subjectes del verb *meditar*, quan es tracta de l'home: la boca i el cor. Quins són ara els complements d'aquest verb?

La profunditat de la meditació

En hebreu, el verb *meditar* té dues menes de complement: un complement directe o un complement precedit d'una partícula d'intensitat (la partícula *be*).

Quan es tracta de meditar sobre coses profanes, l'hebreu fa servir la construcció amb el complement directe simple (Is 59,3: «la vostra llengua medita la iniquitat»). Però quan es tracta de coses de Déu, l'hebreu usa la construcció intensiva. Així, «jo medito totes les teves obres» (Sl 77,13: literalment, «jo medito en totes les teves obres»), o encara, «medita (en) la llei del Senyor nit i dia» (Sl 1,3). Per meditar el que procedeix de Déu, cal donar-s'hi totalment, intensament.

El punt extrem de la profunditat de la meditació és el de l'autor de Sl 63: no les obres de Déu o les paraules de Déu, sinó Déu mateix! Feliç, benaurat David, que pot dir a Déu: «passo les nits meditant-te» (o encara, «meditant *en tu*»: v. 7). Ho diu del fons del seu desert (v. 1), és a dir, en aquesta solitud i en aquest silenci en què Déu ve a donar-se a aquell que es vol submergir en ell. En una paraula, David medita Déu mateix! Més enllà de les paraules de Déu, més enllà de les obres de Déu, més enllà dels miracles i de les meravelles de Déu, medita Déu, medita en Déu, submergit en Déu, immergit en Déu; medita intensament, profundament Déu; medita amb Déu; medita Déu amb l'ajuda de Déu, amb la gràcia de Déu, amb el socors i l'energia de Déu... És tot el que diu David en aquest salm.

«Passo les nits», és a dir, quan no és possible llegir, més enllà de la lectura, quan només el cor pot

prosseguir en allò en què els ulls s'han saciat durant el dia.

«Passo les nits», no durant una part de la nit, sinó durant tota la nit. Cap nit no serà tan llarga per meditar, quan l'home s'ha submergit en Déu!

Pobres de nosaltres que meditem comptant els minuts o els quarts! Estem en una època en què cal fer-ho tot, el màxim de coses, en el temps mínim. Per això ens costa tant meditar. La meditació demana duració i no suporta la precipitació.

«Feliç l'home que medita la llei del Senyor nit i dia.» De dia, perquè permet la lectura; de nit, perquè fa aprofundir, més enllà de la paraula, més enllà, on el cor de l'home se submergeix en el cor de Déu.

«EL PROPÒSIT DE LA TRADUCCIÓ

d'aquest opuscle, el nucli del qual no és ja recent (1998), és de donar eines perquè el cristianisme, i més en concret el catolicisme, de casa nostra pugui ser veritablement adult i créixer profundament arrelat damunt la roca ferma que és la Tradició viva de la Bíblia, llegida com a Paraula de Déu.»

«No es pot dir res més ni millor, ni amb la concisió i, alhora, la calidesa extraordinària amb què Daniel Bourguet fa aquestes reflexions, malgrat no escatimar de mostrar les dificultats del camí de la meditació cristiana.»

(del *Pròleg* del traductor Ramon Ribera-Mariné)

