

RECTA FINAL

Quart de quaresma laetare © Mots per a la família - Jordi Castellet

Cinc són els diumenges de quaresma. El quart pren el nom propi de «laetare», és a dir, «de l'alegria», perquè tradicionalment es prenen algunes llicències enmig del desert ascètic que signifiquen aquests quaranta dies. Un detall curiós representa el fet que, a la missa, el sacerdot es pot vestir una casulla rosa. *Toma ya!* Personalment, crec que tan sols n'he vistes una o dues en la meua vida, però us asseguro que si tinc l'ocasió de posar-me-la, ho faig. La cosa és que no és massa rendible, perquè tenir una peça costosa, com és una casulla, tan sols per utilitzar-la un dia a l'any, i encara!, no resulta massa (Lc 15,1-3).

L'ocasió es presta a revisar els compromisos de conversió que, a mode de recepta, llisto tot seguit. Pren els que més t'abellixin, perquè, per Pasqua, els hagi pogut millorar. En primer lloc, quinze senzills actes de caritat, com a manifestacions concretes de l'amor de Déu.

1. Somriu, un cristià sempre és alegre!
«^{2Co 13,11} Estigues content»

2. Dona gràcies sempre i en tot lloc, encara que no ho hagi de fer

3. Recorda a les persones que t'importen que els estimes. Digues «t'estimo» més sovint.

4. Saluda amb goig aquells que veus diàriament. Saludar significa desitjar salut i salvació.

5. Escolta els altres, sense prejudicis, sense donar l'opinió massa aviat, sempre amb amor.

6. Atura't, perd temps per ajudar els que t'han de menester, fes de bon samarità de tant en tant.

7. Mira d'aixecar els ànims a la gent que està al teu voltant, sempre el got mig ple.

8. Celebra i exalta les qualitats i els èxits dels altres. Si no pots dir bé, val més no dir res.

9. Viu austerament, amb poques coses. Desfés-te d'allò que no has de menester. Selecciona el que no utilitzes i regala-ho, dona-ho a aquells que ho necessiten.

10. Estigues sempre a punt per ajudar, sobretot per a procurar que un altre pugui descansar. Pensa, però, que els cansats fan la feina. Serà un bon símptoma si et vénen a buscar sovint.

11. Corregeix amb suavitat i amor; no callis per por sinó per respecte. Sempre hi ha un dia per a dir les coses. Cadascú és esclau de les seves paraules i senyor dels seus silencis.

12. Procura tenir bons detalls amb els que són a prop. «^{Ac 20,35} Fa més feliç donar que rebre.»

13. Tingues la casa sempre a punt: neta, endreçada, acollidora. No la tinguis enfarfegada. Oui no té lloc a

casa, no té lloc per l'altre, ni per a la família, ni per als amics, ni per a l'amor.

14. Ajudar els altres a superar els seus obstacles. «^{Fl 4,5} Que tothom us conegui com a gent de bon tracte. El Senyor és a prop.»^{Ti 3,2}

15. Estigues comunicat. Dedica temps per a trucar els pares, els fills, aquells que estimes, que són importants a la teua vida, encara que passis temps sense ells. Dedica temps. Envia whatsapps. Que tothom sàpiga que la teua vida té sentit, que vius feliç i amb alegria. Són bones notícies, evangeli. Fent-ho, evangelitzes.

Segona part. Una dotzena d'actes de dejuni, fàcils, que et posaran el múscul espiritual a punt.



1. Dejuna de paraules feridores. Transmet sempre paraules bondadoses, que deixin bon regust a qui les escolta.

2. Dejuna de mals humors. Omple't de gratitud. «^{Ti 3,2} No insultin ningú ni es fiquin en baralles, que siguin gent de bon tracte i donin proves de la més gran dolcesa amb tothom.»

3. Dejuna de capficaments. Omple't de mansuetud, tranquil·litat, paciència.

4. Dejuna de pessimisme. Omple't d'esperança i d'optimisme.

5. Dejuna de preocupacions i omple't de confiança en Déu.

6. «Es queixava la veïna. Es

queixava la senyora. Es queixava la criada. Que potser estaven malaltes? No ! Esqueixaven bacallà !» Dejuna d'una vegada de queixes, planys i retrets. Els altres no tenen la culpa del que et passa a tu. Abans d'obrir la boca, guaita el teu cor.

7. Dejuna de pressions, presses i precipitacions. Omple't de calma, de contemplació

8. Dejuna de tristesses i d'amargor. Omple't d'alegria el cor.

9. Dejuna d'egoisme. Omple't de compassió pels altres.

10. Dejuna de rancúnies, mals pensaments i venjances. Omple't de comprensió i misericòrdia.

11. Dejuna de paraules. Omple't de silencis, d'escolta de Déu en una pregària més assídua.

12. Aleshores, si tots dejunem de totes aquestes coses i ens deixem omplir per l'amor de Déu, la vida de cada dia s'omplirà meravellosament de pau, de confiança i d'alegria. Perquè Crist ha vingut a compartir la nostra vida per donar-nos vida en abundància. Siguem dels que portem la vida divina al món, amb l'ajut de la seva gràcia i de la seva pau.