

Amb la intel·ligència

**DELEGACIÓ DE PASTORAL FAMILIAR
BISBAT DE GIRONA**

NOVA EVANGELITZACIÓ 5.5

**LA FE
COM ADHESIÓ A
JESÚS**

***“Si algú m’estima,
guardarà la meva paraula,
i el meu Pare l’estimarà
i vindrem a ell i farem estada en ell”***

(Jn 14, 23).

Textos: Joan Maria Bovet

OBJECTIU

Quan Jesús diu: *“El Pare i jo, vindrem i farem estada, en ell”*, on fan estada el Pare i Jesús?

De la mateixa manera ens interpel·la Jesús quan diu: *“Mira, soc a la porta i truco. Si algú escolta la meua veu i obra la porta, entraré a casa seva i menjaré amb ell, i ell amb mi”*. (Ap 3, 20)

A quina casa entren a menjar i a fer-hi estada?

La NE 5.5 d'avui, ens proposa aclarir aquests conceptes: la nostra casa interior és el **Jo Central, el Regne de Déu, El Punt Verge**. Com netejar els estats negatius de la ment, per tal que no ens impedeixin sentir el truc de Jesús, convidant-se a entrar, a menjar, a fer estada en nosaltres.

Aclarem dos nivells importants de consciència: **El nivell de la ment superficial, perifèrica, exterior. El nivell de la ment conscient del Regne de Déu dins nostre**, que és la nostra identitat, on hi tenim un potencial extraordinari d'energia, d'intel·ligència, d'amor-felicitat que no sempre n'hem estat conscients que el tenim i per això ens perdem el do de viure aquest potencial.

Què ens impedeix estimar i guardar la Paraula?

ELIMINACIÓ DELS ESTATS NEGATIUS A TRAVÉS DE LA MENT

Per estimar i guardar la Paraula, necessitem tenir cura de les idees que poden bloquejar que el Pare i Jesús vinguin a fer estada en nosaltres.

Quin do tan gran que vulguin fer estada en el nostre cor, en la nostra ànima.

La ment, focus central de producció de les idees

Què són les idees? Per què les idees són tan importants en relació amb els estats interns negatius? **Diguem primer que les idees són formes de la substància mental que tenen significat per a nosaltres.** El significat és a les «formes de la ment» (o «substància» mental). **La ment té com a funció, mitjançant aquestes formes, «conformar» les energies, les actituds, les accions, els estats; en definitiva, la vida total de la persona.**

Si la persona té un cabal potencial d'energia, aquest s'actualitzarà en la mesura que les idees ho permetin. Les idees fan una funció de comporta que -segons la seva significació sigui afirmativa o negativa- la ment obre o tanca el pas a les energies. Aquí hi ha la gran importància de les idees; elles són les que determinen les maneres de ser, de fer, de sentir, de viure.

En nosaltres hi ha una gran capacitat, però de fet, **només vivim allò que les nostres idees ens permeten manifestar d'aquesta capacitat immensa que hi ha dins. Les idees són les que donen un contorn, una forma, les que delimiten el mode d'actualització i d'expressió de les energies interiors.** Per això, si la persona, en les idees profundes, té una valoració petita, minúscula, de si mateixa, circularà poca energia i això es traduirà en una **personalitat feble**; i encara que s'esforci a desenvolupar coses, a canviar actituds, mentre el nucli de la seva ment mantingui aquesta idea petita bàsica de si mateixa, continuarà sent una **persona feble**.

És important veure clara aquesta funció de la ment profunda: les idees són allò que dona pas a les coses. Donen pas en la mesura que són positives-afirmatives i tanquen en la mesura que són negatives; tot gira al voltant de la idea que hom té de si mateix.

Prenc consciència 1: Les idees (sinònim de pensaments) afirmen (positiu) o neguen (negatiu). Quines energia predominant circula en mi? Si prenc consciència de la importància que tenen les idees, tinc intenció i sento motivació d'eliminar els estats negatius?

Aquí convé distingir entre què és la idea profunda de si mateix i què és el camp o estructura del jo-idea. Perquè de vegades podem trobar-nos amb persones que tenen una idea molt gran de si mateixes; i no obstant ens adonem que són persones febles, insegures. I és que **cal distingir**

entre la idea central de la ment, que correspon al nucli mental del jo-experiència, i el que és el jo-idea en la seva configuració. Una cosa és aquest nucli central, el Jo Central i una altra és el camp general de la ment al voltant de la idea de si mateix. Com més petit sigui el nucli, més necessitat haurà d'inflar tota la perifèria (el camp). Com més sòlid sigui el nucli, menys necessitat haurà d'inflar res, perquè ja es viurà en l'evidència clara de si mateix.

Prenc consciència 2: La idea profunda de mi mateix és una cosa (Jo Central), i el camp del jo-idea (Jo personal) n'és una de totalment diferent. És importantíssim aprendre a diferenciar-les. Estic disposat a posar-me "mans a l'obra"?

La feina a fer

La clau de l'eliminació dels estats d'inseguretat a través de la ment consisteix, doncs, a aconseguir que el nucli interior de la ment (Jo Central) on jo prenc consciència mental de mi mateix, sigui un nucli obert al màxim, totalment afirmatiu-positiu. I això ha de ser en una dimensió profunda, profunda, central, de la nostra ment; no en les idees que suren al voltant del nucli. Perquè si només pensem -com ho fem habitualment al voltant del nucli-, això no modifica el nucli. Arribem al nucli cada cop que nosaltres tenim una consciència clara de subjecte, una consciència clara de ser nosaltres mateixos.

Alerta!

Pensa, Senti, Adquireix la Consciència Conscient de SUBJECTE, connectat amb la ment conscient, amb el nucli del Regne de Déu interior.

Una manera ràpida d'arribar al nucli per tenir una consciència clara de subjecte i de ser nosaltres mateixos, és habitar-se a connectar immediatament, quan més cops millor, amb el Regne de Déu, amb el Punt Verge, el punt de no-res que no ha estat tocat pel pecat ni per la fal·làcia, el punt de pura veritat, el punt que pertany completament a Déu, des del qual Déu disposa de les nostres vides. Per recordar, obre aquest enllaç:

EL PUNT VERGE

Cada cop que nosaltres diem jo i sentim una ressonància al nostre interior, en el moment que estic vivint aquest jo, aquesta noció clara de mi mateix com a centre, és quan tinc accés al nucli de la ment. I seran les idees que jo pugui instaurar en aquell moment les que tindran eficàcia per modificar aquest nucli central, purificant-lo de totes les idees de negativitat.

Prenc consciència 3: Jo puc instaurar idees positives a la meua ment. Aquesta NE 5.5 t'ensenya a instaurar idees positives i desfer-te'n de les negatives. Et convido a què experimentis el resultat d'aquest exercici.

Com més sòlidament la persona arriba a viure el seu nucli, menys necessita projectar-se cap al futur i menys pendent és del passat. L'obertura del nucli (la consciència clara de si mateix) dona com a conseqüència la vivència plena del present; aleshores, el present absorbeix el passat i el futur, i totes les energies de la persona, tota la seva capacitat lúcida, se centra a viure intensament la realitat del present. En canvi, com més ofegada o restringida és aquesta capacitat de viure's en present, més es projecta la persona cap al futur i està pendent del seu passat; més està girant al voltant de la dualitat temor-desig.

Un mantra metafísica que ajuda a connectar amb el nucli, amb el Jo Central, amb el Regne de Déu, amb el Punt Verge diu així:

AMB EL PODER DE LA DIVINA PRESÈNCIA DE DÉU EN MI, JO SOC EL JO SOC.

Et deixo l'enllaç per si el vols escoltar:

<https://youtube.com/shorts/HBrD2Rp-2Qw?si=aVWYAXJXLBVD06Hi>

El nucli central i els tres vessants de manifestació

La nostra realitat profunda com a subjectes, com a individus, està constituïda per aquest triple vessant que estem explicant des de diversos angles. *El Jo Central, la part més profunda de nosaltres mateixos és essencialment energia, intel·ligència, amor-felicitat.* El Jo Central, aquest jo profund, no és una cosa que es fa a través de les experiències. No és una cosa que es va estructurant i que pot resultar positiva o negativa. Això fa referència a la nostra part externa, al nostre jo personal extern. *El sector profund, el que ens fa dir jo, aquest sector o subjecte central, aquest ja posseeix la seva naturalesa intrínseca; és allò que en llenguatge religiós diríem «la naturalesa essencial de l'ànima», la naturalesa espiritual, el Regne de Déu dins nostre.* Després, resultarà que aquesta naturalesa es podrà exterioritzar, expressar o no a través de les nostres experiències. *La nostra identitat profunda està constituïda essencialment per aquestes tres qualitats o atributs, tots totalment positius.*

En la meva identitat profunda jo soc bàsicament Energia.

1. Tota l'energia que jo pugui arribar a desenvolupar a la meva vida, en les condicions més favorables, **surt d'aquest nucli central: Jo soc Energia.** I el mateix amb els altres vessants.

Jo Soc el Jo Soc Energia.

2. Tota la capacitat d'intel·ligència que jo pugui arribar a desenvolupar, a través de condicions ideals d'educació, d'ambient, de facilitats, de tot allò que puguem imaginar com a més favorable, **és expressió del que ja és aquesta identitat profunda nostra, aquesta intel·ligència natural.** Després ve la feina d'actualitzar aquesta intel·ligència a través de l'estudi, la reflexió, l'experiència i l'exercici actiu. Però tot això no es podria desenvolupar si no hi hagués dins aquesta intel·ligència bàsica; tot desenvolupament sorgeix sempre de dins cap a fora. Per tant, **tot el que jo pugui arribar a desenvolupar d'alguna manera ja és a dins;** però no està explicat, no està particularitzat; i **això m'ho donarà l'experiència del contacte amb el món exterior.**

Jo Soc el Jo Soc Intel·ligència

3. Passa el mateix amb la gamma afectiva, amb el que anomenem la nostra capacitat de viure l'amor, la bellesa, la felicitat. Jo soc conscient que en determinades situacions puc viure estats de felicitat, pau, amor o sensibilitat estètica. Però tot estat que jo soc capaç de viure, **totes aquestes capacitats ja són a dins i sorgeixen només de dins.**

Jo Soc el Jo Soc Amor-Felicitat

Per tant, aquest Jo Central, profund, aquesta identitat profunda que és aquest jo mateix, és intrínsecament energia, intel·ligència, amor-felicitat.

Es tracta que jo pugui veure, intuir i afirmar profundament aquesta identitat meua de manera mental. *Com que la meua ment s'ha anat estructurant a partir de les experiències, i com que les experiències han estat parcials i de vegades contradictòries, jo he anat formant-me una noció de mi mateix parcial i contradictòria i no he arribat a prendre contacte amb aquest nucli, aquesta identitat central de mi mateix.* Però **tots, quan hem treballat en aquest vessant interior, els que s'han pres seriosament la feina d'aprofundir en ells mateixos, tots sense excepció han descobert el Jo Central, l'autèntic nucli del jo.**

Prenc consciència 4: Provablement és nou per a tu el plantejament: Soc energia, intel·ligència, amor-felicitat. Aquesta NE 5.5 et proposa que facis l'exercici de dir-li i repetir-li a la teua ment: Jo soc energia, intel·ligència, amor-felicitat. I que, cada cop que t'ho repeteixis, et connectis amb el Jo Central, que és el Regne de Déu dins teu. Confia en els resultats.

Nosaltres, des de la nostra fe en Jesús, expressem el Jo Central, des de la consciència del Regne de Déu que Jesús ens diu que el tenim a dins nostre. El Regne de Déu dins nostre és un Regne d'energia, d'intel·ligència, d'amor-felicitat.

Jo Soc el Jo Soc Energia

Es tracta que jo aprengui a veure, a intuir clarament, que jo soc energia. Que jo vegi clarament i intuïtivament que el jo està fet essencialment d'energia, i que es tracta d'un potencial d'energia que tota la meva vida no arribarà a esgotar. Que jo pugui instaurar al fons de la meva ment aquesta evidència clara que jo soc energia, i que tota la meva vida no és més que una expressió d'aquesta energia inesgotable que és la meva identitat. Aleshores s'obrirà la ment i permetrà que aquesta energia real, permanent, que hi ha en nosaltres, s'expressi. **Però mentre en mi subsisteixi la idea que jo soc una cosa relativa, alguna cosa petita,** mentre jo em quedi amb la idea que tinc de les meves experiències viscudes fins ara, **jo estaré a mercè de les circumstàncies i de l'exterior.**

Cal fer un salt que converteixi la intuïció que tots tenim de la nostra identitat, en una idea clara que s'instauri al nucli de la nostra ment, i que jo pugui afirmar: jo soc energia. L'energia que tinc només és una part de l'energia que soc, és la part que es va expressant, que es va dinamitzant sobre la demanda del moment. Però ***jo soc més, molt més que l'energia que tinc, perquè jo soc intrínsecament energia,*** i continuaré sent energia, perquè és la meva naturalesa central. ***Res no pot canviar això i aquesta energia central que soc, que està en contacte amb la Font Infinita de energia -anomenada Déu, Absolut, Supra consciència, Regne de Déu.***

Prenc consciència 5: Si soc capaç de ficar al nucli profund aquesta veritat profunda: Jo soc intrínsecament energia i afirmar aquesta idea, automàticament alliberaré totes les idees de parcialitat, de negació, de dubte que un arrossega sobre si mateix. Em poden passar dues coses:

1. Si tot jo ho afirma, s'obren per a mi les portes de l'energia sense límits del Regne de Déu.
2. Si no ho afirmo, jo segueixo vivint de les experiències viscudes fins ara, i per tant amb una consciència fragmentària i contradictòria de l'energia i de mi mateix.

Fes-te teu aquest principi espiritual: **Jo Soc el Jo Soc Energia sorgida del Regne de Déu en mi.**

Jo Soc el Jo Soc Intel·ligència

També soc la intel·ligència que he desenvolupat en funció de les circumstàncies. La meva naturalesa bàsica és intel·ligència. Tot coneixement que jo pugui arribar a tenir, tota comprensió que jo pugui arribar a desenvolupar i adquirir, no serà res més que una altra expressió –i una altra, i una altra– d'aquesta intel·ligència inesgotable que soc en el Regne de Déu en mi. ***La persona tendeix a valorar-se en funció de la seva manera de ser, que es defineix en relació amb les maneres de ser dels altres. Sempre estic comparant-me amb els altres.*** Soc intel·ligent?: sí, no, molt, poc, a mitges... ***La noció que jo tingui de la meva intel·ligència sempre estarà en relació amb la intel·ligència dels altres i em sentiré limitat si descobreixo que els altres tenen més intel·ligència que jo. Hem d'aprendre a afirmar no allò que som per comparació, sinó allò que som per naturalesa, en essència, allò que és la nostra identitat.***

Prenc consciència 6: Observa't. Et compares amb els altres pel que fa a la intel·ligència? Et creus superior o inferior? Sigui el que sigui, això és fruit del teu jo-idea. Tens l'oportunitat de desprendre't del jo-idea. Fes-te teu aquest principi espiritual:

Jo Soc el Jo Soc Intel·ligència que sorgeix del Regne de Déu en mi.

Jo Soc el Jo Soc Amor-Felicitat

El mateix passa amb l'amor-felicitat. El jo, intrínsecament, és amor-felicitat, i tota la capacitat afectiva que jo pugui desenvolupar: amor, bellesa, alegria, satisfacció, felicitat, tot això que pugui arribar a sentir en les condicions més ideals, no és res més que una expressió d'aquest amor-felicitat que és la meva naturalesa essencial, la meva identitat, la meva realitat.

Prenc consciència 7: Observa: Tinc dificultat de creure que jo soc amor-felicitat? Quina dificultat? Fes-te teu aquest principi espiritual:

Jo Soc el Jo Soc Amor-Felicitat que sorgeix del Regne de Déu en mi.

No depenem de l'exterior

Però com que fins ara jo estic pendent de les situacions exteriors, com que la meva valoració la faig en relació amb el món, amb la gent, amb les situacions, aleshores les meves emocions depenen de la valoració que jo faig de les situacions. O sigui, que estic vivint fora de mi mateix. Estic vivint una falsa identitat.

Prenc consciència 8: Observa't. He de descobrir que la identitat de la meva personalitat sorgeix del Regne de Déu, no de cap relació exterior. Soc conscient que visc molt de l'exterior?

LA MEVA PERSONALITAT TÉ LES ARRELS EN EL REGNE DE DÉU DINS MEU
PRACTICA
AMB EL PODER DE LA DIVINA PRESENÇA DE DÉU EN MI,
JO SOC EL JO SOC

SI ALGÚ M'ESTIMA...
APRENC A ESTIMAR DES DEL REGNE DE DÉU DINS MEU

És tan densa l'experiència espiritual d'Isabel de la Trinitat, que s'ha d'anar a poc a poc per tal d'aprofitar qualsevol matís que l'Esperit Sant inspire a l'ànima.

***"Si algú m'estima, guardarà la meva paraula, i el meu Pare l'estimarà i vindrem a ell i farem estada en ell" (Jn 14, 23).** Heus ací el Mestre que ens manifesta novament el seu desig d'habitar **en** nosaltres. **"Si algú m'estima"**. L'amor, és això el que atrau, el que arrossega a Déu cap a la seva criatura. No un amor sensible, sinó l'amor fort com la mort" (Cant 8, 6-7). (Santa Isabel de la Trinitat)*

La relació de l'ànima amb Déu té lloc en l'amor. El vincle, la unió amb Déu és l'amor. Déu està permanentment en contacte amb cada ànima, mitjançant l'amor. En l'ànima Déu hi fa la seva estança. Per part de Déu, l'amor sempre està assegurat. Això dona molta confiança.

Per part de l'ànima, ha de creure que l'amor de Déu és segur. Hawkins diu: **L'abandó, l'entrega a Déu és d'absoluta seguretat**". La part de l'ànima consisteix en estimar, guardar la Paraula i viure cada una d'aquestes **propietats de l'amor**:

- *Deixar de buscar-se a sí mateixa.*
- *Donar-ho tot a qui estima (Déu).*
- *Viure en la voluntat de Déu permanentment.*
- *Viure per agradar Déu, fent la seva voluntat.*
- *Caminar per la vida, al ritme de Déu.*
- *Guardar la "seva" Paraula i deixar-se transformar per ella.*

Per part de l'ànima, ha de creure que l'amor de Déu és segur. Hawkins diu: **L'abandó, l'entrega a Déu és d'absoluta seguretat**". Cal renovar cada dia, cada moment la intenció, la voluntat de voler estar **en** l'interior de la Trinitat. Jesús, sense forçar, només invita a estar **en** Ell amb aquest propòsit: **"Si algú m'estima i se sent estimat, si guarda la meva paraula, la Trinitat estem en ell.** Guardar la seva paraula, acollir-la, creure en cada paraula que surt de la seva boca, viure-la, metabolitzar-la, deixant que produeixi tot el potencial que conté, **és l'anhel de Déu.** Novament ens trobem davant d'una qüestió de fe, de confiança. És un continu aprofundiment fins a **"no soc jo qui visc, sinó Crist qui viu en mi" (Ga 2, 20).** Aquesta Paraula de Déu ens proposa

la manera d'estar **en** Ell i Ell **en** nosaltres. Jesús, amb aquesta Paraula aclareix i facilita viure la **Veritat** descrita en la Pròleg de sant Joan: **“Al principi existia el qui és la Paraula. La Paraula estava amb Déu i la Paraula era Déu”**. Edith Stein ho expressa d'aquesta manera: **“Cap acció de la divinitat és possible sense que sigui acció de les tres persones”**.

Prenc consciència 8: Soc conscient que la Trinitat fa estada **en** la meva ànima?

NO TANQUIS MAI LA PORTA

En acceptar i afirmar el nucli, s'obre la porta, i aleshores aquesta energia-intel·ligència-amor es pot exterioritzar.

S'exterioritza sempre des del Regne de Déu.

És del centre, que és la Font, des del Regne de Déu en mi, d'on sorgeix tota la meua personalitat. I aquest centre és inalterable perquè està ancorat a l'eternitat, està ancorat a la naturalesa absoluta del Regne de Déu. **Dir Jo Soc el Jo Soc, és dir que soc tots atributs bàsics de la Presència de Déu en mi: Energia, Intel·ligència, Amor-Felicitat.** Però si jo dubto o nego el que soc bàsicament, tanco el pas, i aleshores quedo pendent i perdut en l'exterior. Aquest treball, que comporta el canvi de la meua manera de sentir-me pendent de la relació amb el món, de com el món em valora, és un treball de la ment: és el treball de realització central d'un mateix.

PRACTICA

Per fer aquest treball fonamental de realització a través de la ment, cal que reflexionis profundament sobre la intuïció que tens del Jo Central, profund, íntim de tu mateix, i que dediquis cada dia de 15 a 20 minuts a veure això clar: Quina és la naturalesa profunda de mi mateix. I després fes l'afirmació: **«Jo Soc el Jo Soc Energia»**; i que en dir «jo» visquis la ressonància clara, real, de tu mateix; no una idea teòrica, allunyada, representativa, sinó que aquest **“Jo Soc el Jo Soc”** sigui una ressonància profunda. I aquest **Jo Soc el Jo Soc...** sempre serà energia i mai no podrà deixar de ser-ho.

RECORDA

No confonguis l'energia que ets amb l'energia que tens. L'energia que tens en un moment donat pot fallar; en un moment de feblesa orgànica pot disminuir, però tu segueixes sent energia. És només instaurant-te en la Font, afirmant la naturalesa en tu d'aquesta Font del **Jo Soc el Jo Soc Energia-Intel·ligència-Amor**, com mantindràs la idea oberta, positiva que permet que l'energia, la intel·ligència i la felicitat interiors s'expressin. I descobriràs que com més donis i expressis energia, comprensió, intel·ligència, amor-felicitat des del centre del teu **Jo Soc el Jo Soc**, més creixerà i t'ompliràs de tot això, i més et convertiràs en una irradiació efectiva, eficaç, constructiva, per a tothom que t'envolta. A mida que aprens a viure des del Regne de Déu, més ajudes al món, i l'entorn canvia perquè és Déu, Esperit Sant el motor del canvi.

MEDITEM POSANT-NOS EN CONTACTE AMB EL REGNE DE DÉU

Fem uns moments de silenci deixant ressonar aquestes frases dintre.

Senyor, guardo la teva Paraula.

Gràcies per venir a fer estada en mi.

Gràcies perquè el teu Regne, és Energia, Intel·ligència, Amor-Felicitat.

Gràcies perquè tota l'energia que puc desenvolupar, surt del teu Regne en mi.

Gràcies perquè tota la intel·ligència que puc desenvolupar, surt del teu Regne en mi.

Gràcies perquè tot l'amor que puc viure, surt del teu Regne en mi.

Gràcies perquè tota l'energia que puc desenvolupar, surt del teu Regne en mi.

Gràcies perquè tota la intel·ligència que puc desenvolupar, surt del teu Regne en mi.

Gràcies perquè tot l'amor que puc viure, surt del teu Regne en mi.

Gràcies per ensenyar-me les qualitats del teu Amor.

Per connectar amb la ment conscient del
Jo Soc el Jo Soc en el Regne de Déu dins meu,
si vols, pots escoltar aquest Youtube.

<https://youtu.be/pZl8i7tOojc?si=x-mX5tWfmJ2phShW> ^{35'd'àudio}

Bon treball