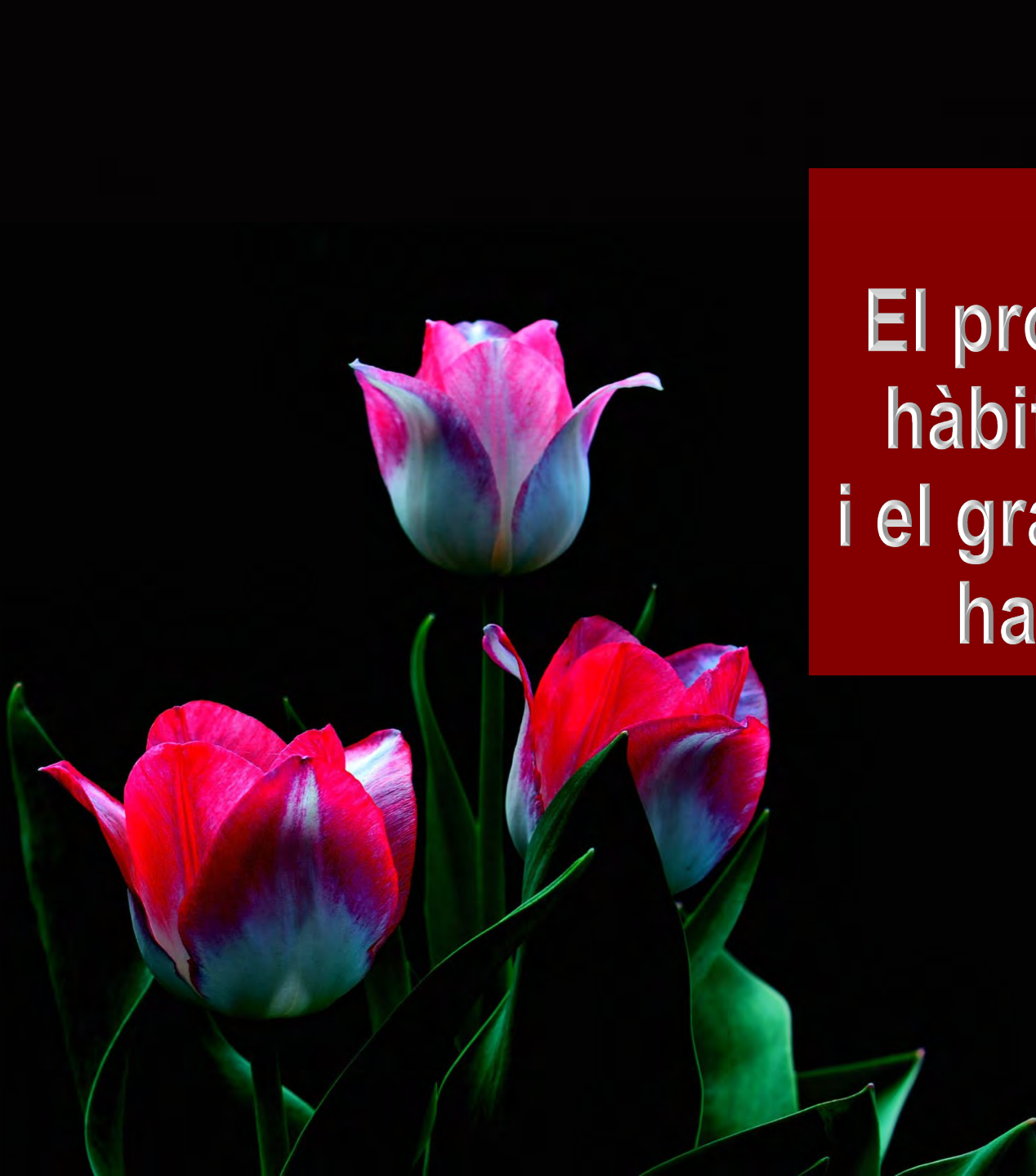


Three tulips with red and white variegated petals are shown against a black background. One tulip is in the upper center, and two are in the lower left and lower right. The petals have a distinct red and white pattern.

NE 5.8

El problema dels
hàbits adquirits
i el gra de blat que
ha de morir

Si el gra de blat no mor, no dona fruit.
(Jn 12, 24)



Quin gra em costa tant

A close-up photograph of golden wheat stalks, showing the texture of the grain and the long, thin awns. The image is overlaid with a faint 3x3 grid pattern. The text "deixar morir?" is centered in a large, white, serif font.

deixar morir?



Primer

La imatge que vull donar de mi mateix segons el model. És a dir, El model de comportament que se m'ha imposat (NE 5.7). L'accepto de cara al comportament exterior, però el rebutjo de cara a ser autèntic amb mi mateix.

Segon

Els hàbits adquirits que reforcen el model, mitjançant el jo-idea, jo-ideal.

NE 5.8

El resultat és que jo em converteixo en un ressò, un reflex mecànic de l'exterior. No exerceixo la meva capacitat de lliure resposta, no trio, soc elegit,. He après a viure de reaccions. Soc un ressò de l'exterior, i això és natural que passi al nen petit.

El pitjor és que tenim quaranta anys i més i seguim funcionant igual i per això sentim aquesta enorme dependència de les circumstàncies, com quan érem nens.



Què m'hi jugo reaccionant d'aquesta manera?



No creixo interiorment. La necessitat i la tendència hi és, però alguna cosa està impedit que continuï creixent interiorment, i és que jo he adquirit l'hàbit de reaccionar d'una manera condicionada a l'estímul. La prova, quan em diuen que soc llest em sento feliç, quan em diuen que soc ximple em sento malament. I això continua ara tan vigent com quan tenia cinc anys. M'ho dient d'una altra manera, però l'efecte continua sent el mateix.

M'he acostumat a tenir reaccions
condicionades: a un estímul positiu
una reacció positiva;
em tracten bé, jo responc bé,
em tracten malament,
jo responc malament.

Això és adquirir un hàbit que
condiciona l'autèntica a resposta.

A quina resposta autèntica ens
referim?

A la resposta
profunda,
espiritual,
de fe.



Què m'hi jugo reaccionant d'aquesta manera?



Possiblement els anys se m'acumulen mentre vaig arrossegant model i hàbits que no em deixen ser lliure i viure en la plenitud que Déu em regala.

Pregunta't:

He après a crear la meva pròpia resposta madura, des del meu Centre?

Quants cops encara visc passivament la reacció que es produeix d'acord amb l'estímul?
En quin grau visc adormit?



Recorda:

El que desenvolupa no són els
estímuls, sinó la teva



resposta
als estímuls.

Visc en una lluita constant amb l'exterior, buscant allò que produeixi un ressò positiu i fugint de qualsevol ressò negatiu.



Un dels impediments perquè continuï creixent és que he anat aprenent a funcionar per

***hàbits adquirits,**
en virtut de condicionaments.*

Conseqüències d'aquests factors.

Aquests dos factors: el model imposat i els hàbits adquirits, són els dos factors principals que impedeixen que jo continuï creixent en energia, en intel·ligència i en amor-afectivitat.

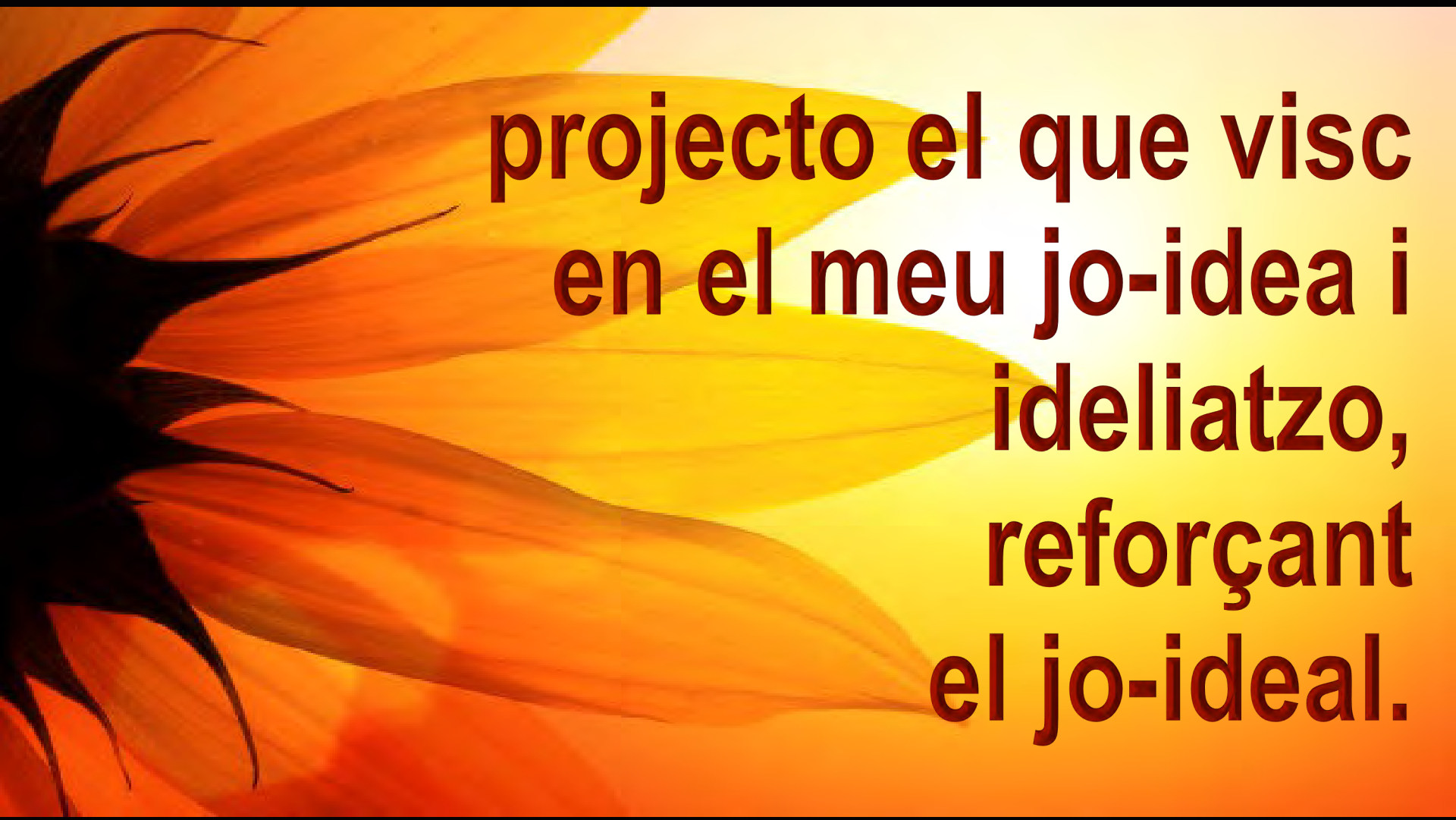


*I això es converteix en
una cursa sense fi.
Perquè sempre estic
buscant que alguna
cosa exterior em doni,
sota l'amenaça que un
altre exterior m'ho
negui.*

*Busco en tot moment
la plenitud allà on
realment està.*



Per un can tó, els models ideals que repeteixo no són res més que la
projectió d'incomprensions i insatisfaccions actuals.
En comptes de solucionar el problema allà on és,



**projecto el que visc
en el meu jo-idea i
ideliatzo,
reforçant
el jo-ideal.**

Mentre jo funcioni d'aquesta manera, no podré mai arribar a ser jo mateix.

Mentre funcionin el model i els hàbits, jo tinc el pas tancat al descobriment de la meva plenitud interior.



Com em ressona aquesta proposta de Jesús?

T'has plantejat que tant el model con els hàbits que ha fabricat són els

***grans de blat
que jo
et convido
deixis morir?***

Si mirem el nostre model i els seus hàbits, com aquelles ombres i zones fosques que no hem integrat encara, posar-les a la llum, ens fa por. Sobretot, por a sufrir, de la mateixa manera que el “morir com el gra de blat” ho identifiquem a perdre, a no ser, i el procés de “morir” l’identifiquem a por a sufrir.



En la mesura que estiguis despert, veuràs que tens l'opció de poder triar la teva resposta, de poder trencar aquests d'hàbits. Si estàs despert veuràs que l'únic sentit és que, a cada instant, responguis amb el millor de tu mateix.



Medita aquests principis espirituals



1. De tu només depenen les teves respostes.

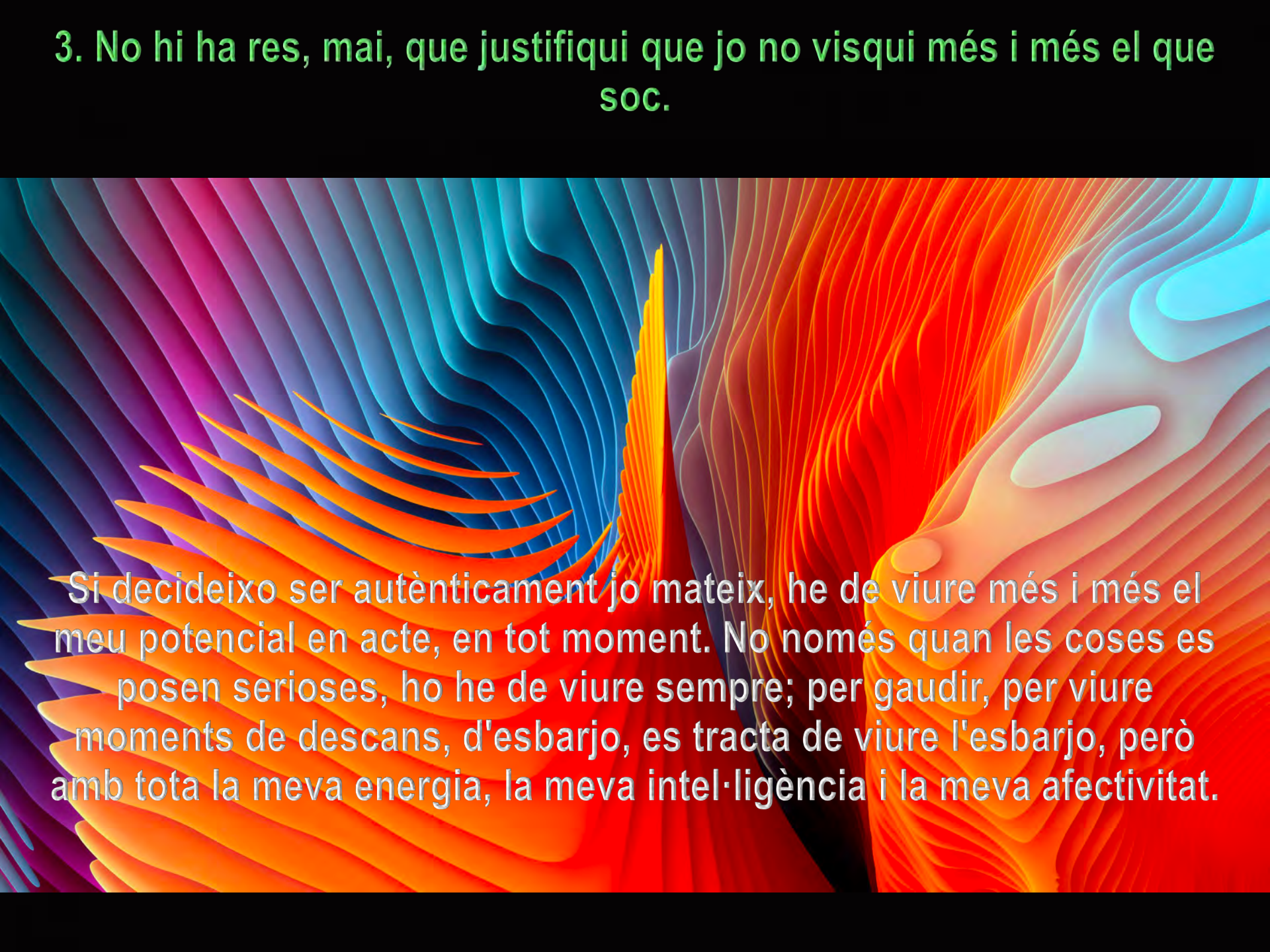
No depenen de mi les situacions, ni els estímuls, però sí que depenen de mi, i totalment de mi, si estic despert, les meves respostes a les situacions.



2. La resposta òptima és sempre aquella que mobilitza en mi el màxim de la meva energia interior, de la meva afectivitat interior i de la meva intel·ligència.

La forma exterior serà la que el meva intel·ligència determini, d'acord amb la situació exterior, però els ingredients d'aquesta resposta sempre són aquestes tres qualitats, al màxim, a cada instant. En la mesura que jo faig això, jo m'actualitzo més i més, jo creixo en això que exerceixo.

3. No hi ha res, mai, que justifiqui que jo no visqui més i més el que soc.



Si decideixo ser autènticament jo mateix, he de viure més i més el meu potencial en acte, en tot moment. No només quan les coses es posen serioses, ho he de viure sempre; per gaudir, per viure moments de descans, d'esbarjo, es tracta de viure l'esbarjo, però amb tota la meva energia, la meva intel·ligència i la meva afectivitat.

4. No associïs l'energia a situacions de conflicte.

Hi ha moltes persones que associen l'energia a situacions de conflicte i a situacions d'agressivitat, i vet aquí el mal, perquè l'energia no viu d'una manera positiva; després només la poden viure d'una manera negativa, com a agressivitat. Si visquessin més i més la seva energia al servei de la intel·ligència, de l'amor i de l'alegria, si mobilitzessin la teva energia, juntament amb la intel·ligència i l'afectivitat, cada cop se sentirien més forts i cada cop tindrien menys necessitat de defensar-se o atacar.



5. Si vols saber què et falta, mira el que et fa patir.
Si vols saber què et falta desenvolupar només has de mirar
què és el que et fa patir a la teva vida diària.



Et fa patir la violència dels altres? El problema és que no has desenvolupat la teva pròpia energia combativa.

Et fa patir l'aïllament o la incomprensió afectiva, la no-acceptació en el sentit afectiu, la soledat afectiva, la frustració afectiva? No és que els altres siguin egoistes -a part que ho siguin-, l'única cosa segura és que et manca un desenvolupament més profund de la teva pròpia afectivitat activa.

Generalment són l'afectivitat i l'energia els dos aspectes més carencials i més deficitaris en el desenvolupament habitual de les persones.

Mira les situacions que es van repetint una vegada i una altra i mira si allò, el que et dol, el que et fa patir, és un problema d'energia o és un problema afectiu o és un problema de comprensió o d'explicitació, i sabràs que està indicant, subtilment, el que et cal

6. Aprèn a viure al cent per cent.

Si descanso, si estic prenent la fresca, doncs descansar tot jo, però tot jo ser-hi present en aquest acte de descansar i de gaudir i de passar-ho bé, amb consciència d'energia estàtica, tranquil·la, amb el meu afecte i benestar, vivint-ho al màxim i amb la meva atenció totalment present.



A close-up photograph of a red flower, possibly a gerbera, with several water droplets resting on its petals. The flower is positioned on the left side of the frame, and the background is a solid black color.

ESPIRITUALITAT

El model i els seus hàbits són grans de blat que he de deixar morir. Aprofundim, doncs, en el gra de blat que mor per donar fruit.

Morir ho associem a deixar anar, a perdre, a sacrificar, i l'ego no està per això.

Perdre ens fa molta por. Potser si reestructurem aquest PERDRE, ens ajudarà a ser un bon gra de blat.



Qui ha tractat d'analitzar psicològicament el “perdre” com a do, com a sacrifici de si mateix (aspecte negatiu) i com a consegüent llibertat de si mateix en el sentit de “ser” capaç de “donar” la pròpia vida pels altres (“Jo tinc la llibertat de donar la meua vida i de reprendre-la, Jn 10, 17) ha estat Jung; què passa en el dinamisme del “fer unitat”.



EL SACRIFICI D'ALLÒ QUE ES TÉ I D'ALLÒ
QUE HOM ÉS.
ESTUDI DE JUNG

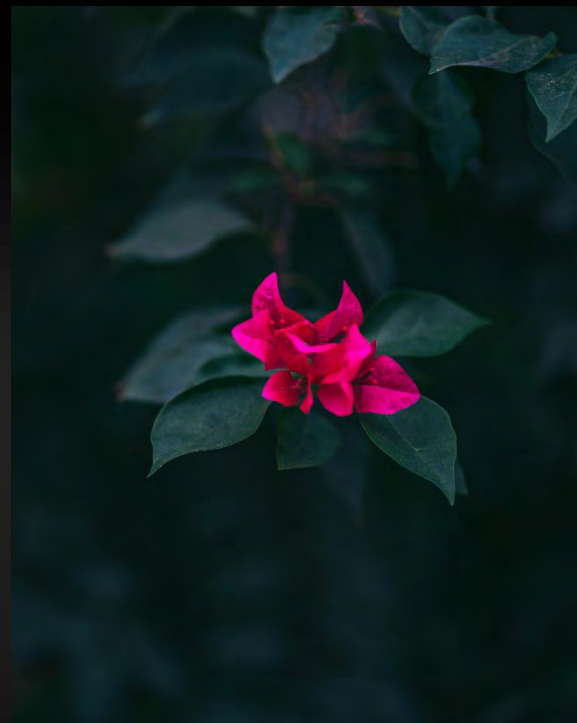




Jung explica, breument, que tot el que em pertany és considerat conscient o inconscientment “part de mi”. Per això a qualsevol do que faig va més o menys unit (conscient o inconscientment) una reivindicació personal: es vulgui o no, es tracta sempre d’un “do ut des” (et dono perquè em donis). És un sacrifici, però, només ho és de veritat, quan sacrifiquem la intenció de reprendre alguna cosa a canvi (dono sense demanar res a canvi). O sigui, si allò que donem volem transformar-ho en sacrifici, ho hem de donar com si per a nosaltres s’hagués destruït. Només així la nostra reivindicació egoista queda eliminada.



Com a conseqüència, cada donació d'allò que és meu, feta a fons perdut sota tots els aspectes, és un sacrifici de mi mateix. “El fet de donar habitual, al qual no correspon un rebre quelcom a canvi, es percebrà com una pèrdua, però, el sacrifici ha de ser una pèrdua si es vol estar segur que la reivindicació egoista ja no existeix més”. Per això el do, tal com s'ha dit, s'ha de donar com si hagués estat destruït.



Ara bé, atès que el do que faig em representa a mi mateix, en això jo m'he sacrificat a mi mateix, és a dir, m'he entregat a mi mateix sense esperar res a canvi. Però aquesta pèrdua intencionada, considerada des d'un altre aspecte, no és una autèntica pèrdua, ans al contrari, és un guany, ja que poder sacrificar-se un mateix demostra la possessió de si (de “SER”).

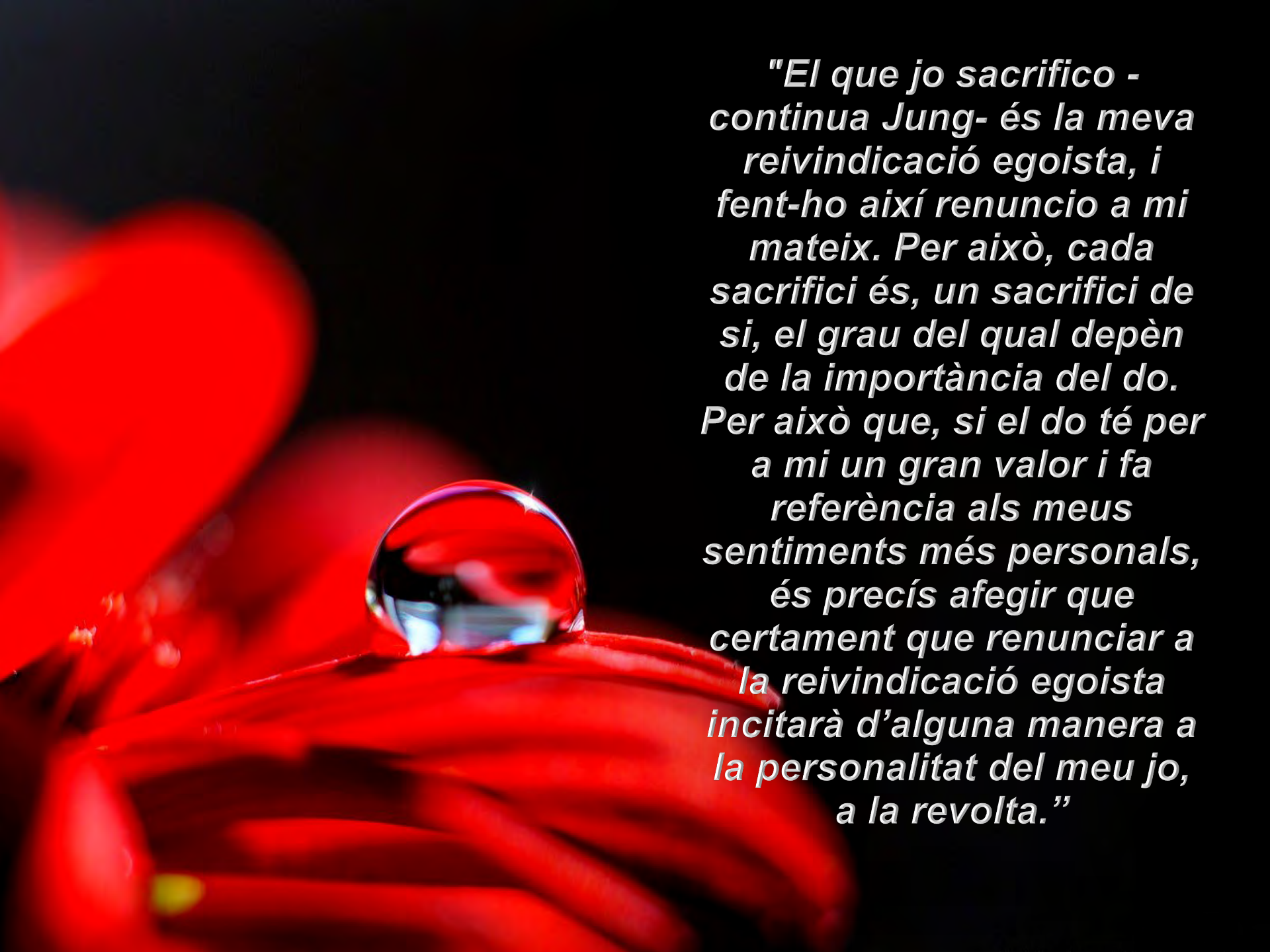


Com a conseqüència, cada donació d'allò que és meu, feta a fons perdut sota tots els aspectes, és un sacrifici de mi mateix. *“El fet de donar habitual, al qual no correspon un rebre quelcom a canvi, es percebrà com una pèrdua, però, el sacrifici ha de ser una pèrdua si es vol estar segur que la reivindicació egoista ja no existeix més”.*





Per això el do, tal com s'ha dit, s'ha de donar com si hagués estat destruït. Ara bé, atès que el do que faig em representa a mi mateix, en això jo m'he sacrificat a mi mateix, és a dir, m'he entregat a mi mateix sense esperar res a canvi. Però aquesta pèrdua intencionada, considerada des d'un altre aspecte, no és una autèntica pèrdua, ans al contrari, és un guany, ja que poder sacrificar-se un mateix demostra la possessió de si (de “SER”).



*"El que jo sacrifico -
continua Jung- és la meva
reivindicació egoista, i
fent-ho així renuncio a mi
mateix. Per això, cada
sacrifici és, un sacrifici de
si, el grau del qual depèn
de la importància del do.
Per això que, si el do té per
a mi un gran valor i fa
referència als meus
sentiments més personals,
és precis afegir que
certament que renunciar a
la reivindicació egoista
incitarà d'alguna manera a
la personalitat del meu jo,
a la revolta."*

The image features two vibrant red flowers, possibly gerberas, positioned symmetrically on either side of a central text box. The flowers have multiple layers of pointed petals and dark centers. The background is a solid black. A semi-transparent red rectangular box is centered in the image, containing white text.

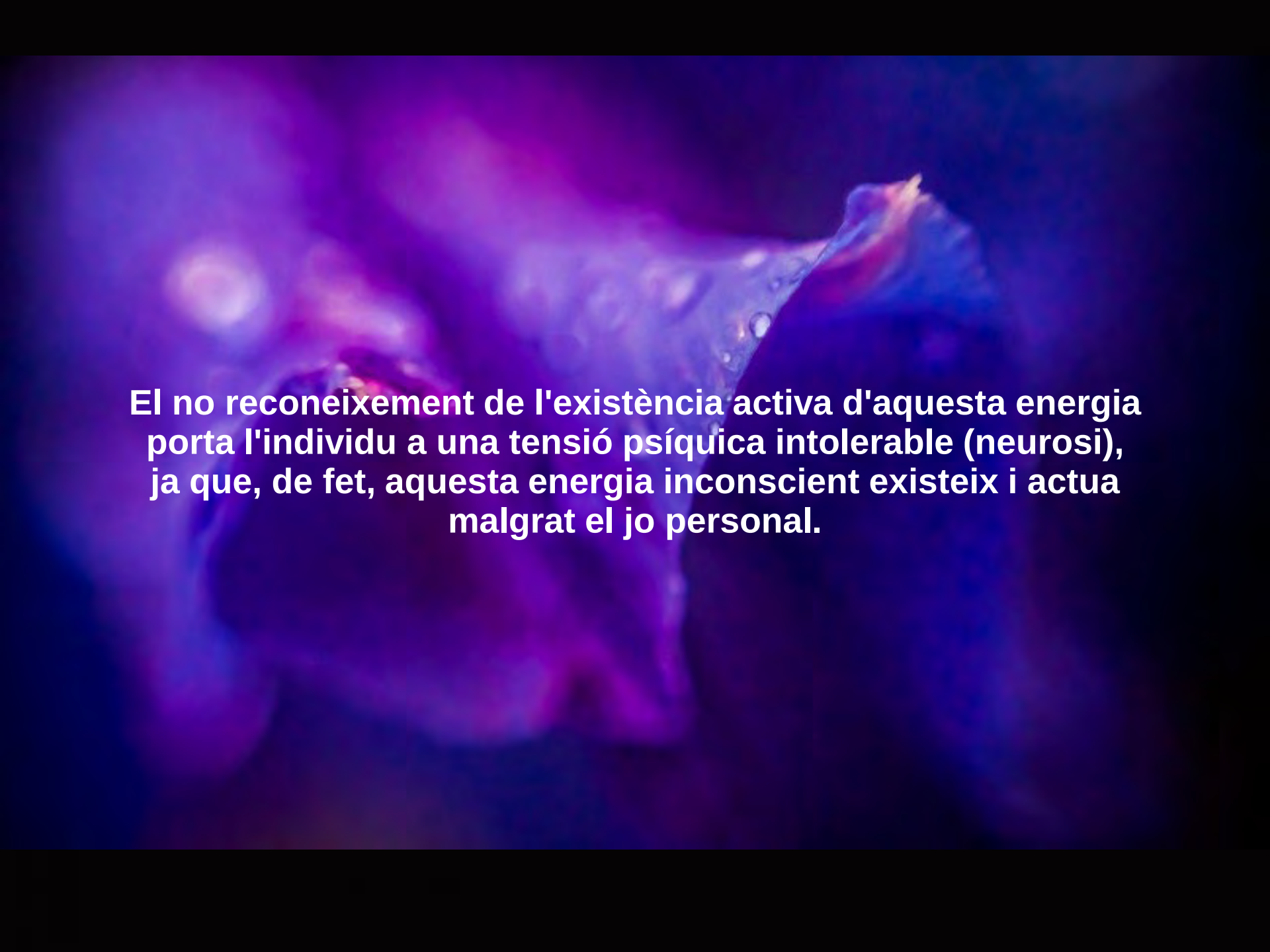
Què és,
doncs,
el que
m'empeny a
sacrificar
el meu jo?



Per a Jung (el seu llenguatge és psicològic) Déu i Jesús són arquetips, és a dir, realitats inconscients que existeixen en allò profund del jo, comuns a tots els homes i que dirigeixen tota l'energia psíquica espontània, fins i tot abans que l'home prengui consciència.

Un individu es converteix en home en ple desenvolupament i possessió de la pròpia humanitat (arriba a ser ell mateix, el famós SI MATEIX de Jung), quan la seva consciència s'adona d'aquesta energia inconscient i es permet desenvolupar-la sense posar obstacles, unificant-la al jo conscient (a la Consciència Conscient).



The background is a dark, abstract composition of deep purple and blue hues. A bright, glowing, ethereal shape, possibly representing a flower or a celestial body, is visible in the upper right quadrant, emitting a soft light that contrasts with the darker surroundings. The overall texture is grainy and atmospheric.

El no reconeixement de l'existència activa d'aquesta energia porta l'individu a una tensió psíquica intolerable (neurosi), ja que, de fet, aquesta energia inconscient existeix i actua malgrat el jo personal.

Afirma Jung:

"La ciència mai no ha descobert Déu; la crítica del coneixement demostra la impossibilitat del coneixement de Déu; no obstant, l'ànima afirma l'experiència de Déu. Déu és un fet psíquic de directa experimentabilitat. Si no fos així, de Déu no s'hauria parlat mai."



Afirma Jung: *"La ciència mai no ha descobert Déu; la crítica del coneixement demostra la* La idea de Déu és antiga quan l'home, com a tal (psicològicament) és l'home mateix que inconscientment ha atribuït a un altre Ser la totalitat de la pròpia energia inconscient, és a dir, totes les qualitats no individuals, encara que universalment humanes. Cada Déu, en efecte, té un valor universal.



També Jesús és diví en aquest sentit, ja que és l'universalment humà.

Diu Chiara Lubich: *"Mai Jesús va ser tant home com quan va ser Jesús Abandonat. En efecte, mentre al principi es veia pròpiament com l'Home, ara és un home. En efecte, sent – perquè és Déu – Home universal, després de Déu, roman home particular. Però, no deixant de ser Déu, va divinitzar allò particular (...) i això demostra com en un home particular pot ser contingut l'Universal".*



Jesús simbolitza
l'energia que més enllà
de la mort genera vida,
representa la totalitat
de l'energia psíquica, i
és per això que els fidels
veuen en la seva
persona un model per
conformar-se, i se
sotmeten a la seva
persona perquè ell
“representa” la part
més preciosa d'ells
mateixos.





Però alhora si la
totalitat de
l'energia psíquica és
el SÍ MATEIX, i Jesús
és el símbol de
l'energia psíquica,
ens podem
preguntar, com fa
Jung: *“És el SÍ
MATEIX un símbol
de Crist, o és el Crist
qui és un símbol del
SÍ MATEIX?”*.

Jung opta per la segona hipòtesi, o quina porta a la següent conseqüència: de la mateixa manera que el jo conscient és només part del Si mateix, i ha d'arribar a ser el *SÍ MATEIX* per arribar a ser totalment jo, també l'home està en Crist formant part del tot; Crist és el tipus de la totalitat humana, i si l'home vol arribar a ser plenament home, com a conseqüència s'ha de fer Crist. Escriu Jung: *“En el simbolisme cristià la totalitat és Crist, i el procés de curació consisteix en la imitatio Christi”*.



Però, com ha arribat Jesús a ser el tipus de l'Home?

Perquè, és ell qui ha recorregut exemplarment totes les etapes del desenvolupament psicològic que porten a la personalització, aconseguida plenament en l'acceptació de patir i morir innocentment a la creu, però sobretot en el moment en què conquereix la seva plena autonomia humana que es manifesta en el crit: *“Déu meu, per què m'has abandonat?”*. És en aquest precís moment, exemplar per a tots els homes, que l'home assoleix al diví i al Déu (el Déu metafísic, omnipotent) es converteix en plenament home.





"En el crit desesperat de Jesús a la creu - escriu Jung - (...) la seva naturalesa humana arriba al diví, just en el moment en què Déu fa l'experiència de l'home mortal experimentant ell mateix allò que ha fet suportar a l'home (...) Aquest acte suprem és tan diví com humà, tan escatològic com psicològic. Aquí, on es pot sentir totalment a l'home, el diví està present amb la mateixa impotència, i totes dues són una i la mateixa cosa." I continua: "La vida de Crist és precisament com ha de ser, per ser contemporàniament la vida d'un Déu i la d'un home. Es tracta d'un symbolum, de la síntesi de dues naturaleses heterogènies en una única persona."

Dinàmica de la vida i de la personalització

Si Jesús, per tant, és la
imatge íntegra de
l'home que correspon a
la imatge íntegra de
Déu, s'haurien de
trobar en el procés de
maduració individual,
les etapes de la
conquesta progressiva
de la totalitat humana,
de la qual Crist n'és la
icona.





Tractarem aquesta possibilitat

Tant en sentit biològic com en sentit psíquic i espiritual l'única possibilitat de vida i de desenvolupament depèn del pas constant d'un estadi considerat més egocèntric – ja que és inconscient – un estadi sempre més complex d'integració amb la realitat-ambient (objectes, persones, situacions) amb què un es troba. Aquesta integració no és possible sense una superació (pèrdua, gra de blat que mort) de l'estadi precedent.

A la lliçó que va donar Chiara Lubich en ocasió del doctorat Honoris Causa en psicologia que li va atorgar la Universitat de Malta, s'hi apunta, per exemple, la pèrdua del si matern per aconseguir una nova autonomia.





El naixement del
germanet o la
germaneta com a
acceptació de deixar de
ser el centre únic
d'atenció dels pares; la
més àmplia socialització
que es conquereix al
parvulari on s'és
considerat un de tants, i
així en tota la vida.
Podríem continuar fins
a l'infinit.

Ja Plutarc afirmava en un pla més general, que el nen ha de morir per deixar néixer el jove, i que el jove ha de morir per deixar néixer l'adult.

L'Evangeli només afegeix que l'adult ha de morir per transformar-se en Vida Nova i en Home Nou.

No crec, però, que hi hagi imatge més completa i plàstica, d'aquest morir, que aquella que ofereix la paraula de Jesús, que avui meditem i contemplem:



*“Si el gra de blat no cau a terra i no mor, roman sol,
però si mor, dona molt de fruit.”
(Jn 12, 24)*



El gra de blat, tot i existir, ja no és el mateix; és només passant a través d'una mena de mort que arriba a ser ell mateix, espiga.

Rebutjar aquella mena de patiment de mort significa renunciar a la vida, a la vida plena, a ser útil en totes les seves potencialitats pròpies. Acceptar, en canvi, transformar-se entrant en comunió amb la terra (morir al proïsme) significa realitzar-se segons el programa inscrit en el profund de la mateixa llavor. És el patiment de la dona quan pateix els dolors de part; aleshores és ella mateixa, i experimentarà l'alegria d'haver donat la vida a un altre ésser humà. (cf Jn 16, 21)



El jo té l'opció de viure el
seu autèntic procés vital:
perdre per amor.
També per a cada jo hi ha
un morir que és la seva
capacitat de perdre, de
desprendre's, d'alliberar-se
del que dificulta el procés
vital: alliberar-se de les
diverses formes
d'esclavatge i de
dependència passiva (al
model, jo-idea, jo-ideal,
personatge, els hàbits i
enganxaments), dels
condicionaments materials
i psicosocials; em refereixo
a la inèrcia.

Al replegament sobre un mateix, a la por d'estimar per evitar possibles desil·lusions i dependències; als desigs que, de fet són ídols; a l'angelisme o a l'espiritualisme en què es perd la unitat bio psico social del jo; al desig inconscient de sentir-se omnipotent que es manifesta en la no-acceptació dels propis límits; falses realitzacions amb els pares o amb els superiors en comptes de viure la pròpia diferència, la pròpia especificitat: passar de la fusió de la relació simbiòtica a la relació d'éssers iguals i diferents (fins i tot aquí és exemplar la relació de Jesús amb Maria i amb Josep i amb les autoritats civils i religioses) cf. Lc 2, 48-50; 20.21.25)
osep i amb les autoritats civils i religioses) cf. Lc 2, 48-50; 20.21.25)





Perdre's com a alliberament
Hi ha un despreniment, un
alliberar-se per (aspecte
positiu): per integrar-se amb el
proïme, per la solidaritat, per
viure la llibertat dels fills de
Déu com a vocació, i per ser
capaços de posar-nos al servei
dels altres com a missió (cf. Gal
5, 13)

Només qui és lliure, està en
condició d'estimar tothom
desinteressadament. Només
qui és lliure sap percebre els
condicionaments dels altres i
ajudar-los a alliberar-se
individualment i socialment.

Chiara Lubich sovint diu que
“hem de mantenir-nos
sempre lliures de cada
criatura de manera que
puguem estimar totes, és a
dir, de manera que puguem
penetrar en tots els cors.”

(Dilatar el cor).

Aquí la relacionalitat és
màxima, i per tant màxima la
personalització.

*"Si us deixeu alliberar pel Fill
de l'home, sereu lliures de
debò." (Jn 8, 26): perquè la
Paraula de l'Evangeli porta
l'home a la més alta forma
d'humanització:*

*“On és l'Esperit del Senyor, hi
ha llibertat”. (2 Cor 3, 17)*





Tota pèrdua és dolorosa, encara que sigui fecunda i font de nova vida
És indubtable que cadascun dels passatges que hem esmentat comporta
una pèrdua que en si és dolorosa i que instintivament voldríem com a
mínim retardar, com es pot observar en els casos patològics en què la
tendència regressiva vincula, sovint, a causa de la pròpia immaduresa dels
pares que no s'accepten a si mateixos, per exemple, privar-se de la relació
única.

Si el jo queda fixat a l'estadi previ és per motivacions, sigui conscients o inconscients: d'una banda, no vol perdre la comoditat d'un estat còmode i gratificant; d'altra banda, està condicionada per la por d'afrontar situacions noves i compromisos nous. És Sullivan qui ha fet notar que els desafiaments no afrontats pel jo per no perdre l'status quo porten el subjecte a una major rigidesa i immobilitat sense cap finalitat, i per tant fora del progrés vital significatiu.



És clar que cada nou estadi
aconseguit en l'evolució del
jo implica i significa un
despreniment (pèrdua,
renúncia, gra que mor) de
l'estadi anterior, perquè
aquesta és la dialèctica de la
vida com a tal i de cada
procés vital, des de la més
elemental forma biològica al
procés del coneixement,
d'una vida individualista
reduïda, a una vida en què
l'individu sap perdre's i opta
perdre's, per integrar-se en
els altres.





Ara bé, aquest pas d'una manera de ser a una altra, d'una situació existencial a una altra, més que un símbol fonamental de cada religió (mort i vida, renaixement, ascesi) és necessitat de vida a cada nivell: pas del menys perfecte al més perfecte. I si efectivament el desenvolupament psíquic de la personalitat ha de seguir tot el recorregut de la fase narcisista a un camp de relacions cada cop més ampli, això, afirma Igor Caruso, hauria d'aproximar a un Tu transcendent *“després d'haver superat el darrer obstacle que impedeix la plena maduració: el propi Jo”*.



**Això correspon
a la Paraula i a
la vivència de
Jesús que ha
dit:**

***“Ningú té un
amor més
gran, que qui
dona la vida
pels seus
amics.”
(Jn 15, 13)***





Chiara Lubich
expressa tot això amb
una afirmació
densíssima:

*"Es guanya perdent, es
viu morint. El gra de
blat ha de morir per
donar l'espiga; cal ser
enterrat a terra per
donar bons fruits."*

Com deia el Papa Lleó XIV a la primera Eucaristia amb els cardenals a la capella Sixtina:

Desaparèixer perquè Crist romanguí, fer-se petit perquè Ell sigui conegut i glorificat, gastar-se completament perquè a ningú no li falti l'oportunitat de conèixer-lo i estimar-lo».



Desapareix, fes-te petit, perquè Ell sigui conegut. Abandona tot protagonisme, tota confiança mundana en el poder, en les estructures, en els diners, en els projectes de màrqueting religiós, per abandonar-nos a Aquell que guia l'Església, sense qui –com ell mateix va dir– no hi podem fer res. Abandonar-nos a l'acció de la seva gràcia, que sempre ens precedeix.





PREGUEM

Rep, oh Esperit Sant, l'entrega perfecta i absoluta de tot el meu ésser que et faig en aquest moment. Sigues, d'ara endavant, en cadascun dels instants de la meva vida, en cadascuna de les meves accions,

*el meu director, la meva llum, la meva força,
i tot l'amor del meu cor.*

Jo m'abandono sense reserves a les teves operacions divines i, amb la teva gràcia, vull ser sempre dòcil a les teves santes inspiracions.

Oh, Sant Esperit, digna't formar-me amb i en Maria el model del nostre diví Jesús.

Guia el meu treball de morir com a gra per donar el fruit que tu tens pensat per a mi, en bé de tots els Germans.

Glòria al Pare Creador.

Glòria al Fill Redemptor.

Glòria a l'Esperit Santificador.

Amén