

# És igual la pregària d'un cristià que la d'algú d'una altra religió?

Un nou lliurament de la sèrie de textos amb Preguntes sobre la fe cristiana. En aquest article s'aborda la diferència entre la pregària d'un cristià i la d'una persona que professa una altra religió.

10/06/2024

## 1. Què és la pregària?

2. Quina és la diferència entre la pregària cristiana i la d'altres religions?

3. Quins tipus de pregària hi ha?

4. Quina és la relació entre la pregària personal i la pregària de l'Església?

5. Quin és el paper de l'Esperit Sant en la pregària?

.....

## **Què és la pregària?**

“La pregària és l'elevació de l'ànima a Déu o la petició a Déu dels béns convenients”.<sup>[1]</sup> És un veritable diàleg personal, íntim i profund, entre l'individu i Déu,<sup>[2]</sup> i cadascú està cridat a descobrir la riquesa d'aquest diàleg i a entrar en relació amb el seu Creador. De manera constant, Déu convida cada individu a participar en

la misteriosa trobada de la pregària. És Ell qui pren la iniciativa i desperta en nosaltres la voluntat de buscar-lo, de comunicar-nos amb Ell i de fer-lo partícip de la nostra vida. La persona que es dedica a la pregària, disposada a escoltar Déu i dialogar amb Ell, està responent a aquesta iniciativa divina.

El cristià té com a exemple el mateix Crist, qui va pregar constantment al Pare i ens va ensenyar com fer-ho.<sup>[3]</sup> A més, la pregària cristiana no és el resultat d'un exercici individual de reflexió o introspecció, sinó que s'insereix en el diàleg entre el Fill i el Pare, mitjançant l'acció de l'Esperit Sant en l'ànima. "És en Jesús en qui l'home es fa capaç d'unir-se a Déu amb la profunditat i la intimitat de la relació de paternitat i de filiació. Per això, juntament amb els primers deixebles, ens adrecem amb humil confiança al Mestre i li demanem:

«Senyor, ensenya'ns a pregar» (Lc 11, 1)".<sup>[4]</sup>

## **Meditar amb sant Josepmaria**

Sempre que al nostre cor sentim desitjos de millorar, de respondre més generosament al Senyor, i busquem una guia, un nord clar per a la nostra existència cristiana, l'Esperit Sant porta a la nostra memòria les paraules de l'Evangelí: convé pregar perseverantment i no defallir. La pregària és el fonament de tota tasca sobrenatural; amb la pregària som omnipotents i, si prescindíssim d'aquest recurs, no aconseguiríem res. *Amics de Déu*, 238

Són tantes les escenes en què Jesucrist parla amb el seu Pare, que és impossible aturar-nos en totes. Però penso que no podem deixar de considerar les hores, tan intenses, que precedeixen la seva Passió i Mort, quan es prepara per consumir el Sacrifici que ens tornarà a l'Amor

diví. En la intimitat del Cenacle el seu Cor es desborda: es dirigeix suplicant al Pare, anuncia la vinguda de l'Esperit Sant, anima els seus a un fervor continu de caritat i de fe.

*Amics de Déu, 240*

## **Quina és la diferència entre la pregària cristiana i la d'altres religions?**

La diferència principal de la pregària cristiana respecte a les formes d'alguns corrents espiritualistes rau en la cerca d'una trobada personal amb Déu, U i Tri (amb Déu, Pare de Nostre Senyor Jesucrist en l'Esperit Sant), i no simplement com una cerca individual de pau i equilibri interior. “La pregària cristiana està sempre determinada per l'estructura de la fe cristiana, en la qual resplendeix la veritat mateixa de Déu i de la criatura”.<sup>[5]</sup> Crist ens ensenya la manera en què hem de pregar, la

qual cosa significa resar dins del seu cos místic, que és l'Església.

La pregària cristiana també té una dimensió comunitària: “fins i tot feta en solitud, té lloc sempre dins d'aquella «comunió dels sants» en la qual i amb la qual es resa, tant de manera pública i litúrgica com de manera privada”.<sup>[6]</sup> El cristià, també quan està sol i prega en secret, té la convicció de resar sempre en unió amb Crist, en l'Esperit Sant, juntament amb tots els batejats per al bé de l'Església. La pregària del Senyor Jesús ha estat lliurada a l'Església («així heu de resar vosaltres», *Mt 6, 9*)<sup>[7]</sup> i, per tant, es duu a terme plenament dins de la comunitat dels batejats.

## **Meditar amb sant Josepmaria**

L'oració del cristià no és mai monòleg. *Camí, 114*

“Minuts de silenci”. —Deixeu-los per als qui tenen el cor sec.

Els catòlics, fills de Déu, parlem amb el Pare nostre que està en el cel.

*Camí, 115*

“Un minut de pregària intensa; amb això n’hi ha prou”. —Ho deia un que mai no resava.

—Entendria un enamorat que n’hi hauria prou amb contemplar intensament durant un minut la persona estimada? *Solc, 465*

## **Quins tipus de pregària hi ha?**

L'Església, tradicionalment, divideix les expressions principals de la pregària en tres tipus: pregària vocal, meditació i pregària contemplativa. Com que es complementen entre si, totes són essencials per a un cristià que busca aprofundir la seva relació amb Déu i comparteixen la

característica comuna del  
recolliment del cor.

1) Pregària vocal: fa referència a una forma de pregària que s'expressa verbalment, és a dir, mitjançant paraules articulades o pronunciades, i que es pot manifestar tant externament com internament, al fons del cor. Aquesta forma de pregària es fa utilitzant fórmules preestablertes, tant llargues com breus, preses de la Sagrada Escriptura (com el Parenostre i l'Ave Maria) o rebudes de la tradició espiritual (com la Salve).

“Pel fet de ser exterior i tan plenament humana, la pregària vocal és per excel·lència la pregària de les multituds. Però, alhora, la pregària més interior no podria negligir la pregària vocal. [...] Aleshores, la pregària vocal esdevé una primera forma de la pregària contemplativa”.



2) Meditació (també coneguda com a pregària mental). Meditar implica enfocar la ment en la consideració pausada d'una realitat o idea, a fi d'obtenir una comprensió més completa i millorada. Per a un cristià, la pràctica de la meditació implica dirigir els pensaments cap a Déu. “La meditació posa en acció el pensament, la imaginació, l'emoció i el desig. Aquesta mobilització és necessària per aprofundir les conviccions de fe, suscitar la conversió del cor i enfortir la voluntat de seguir el Crist”.<sup>[9]</sup>\_\_\_\_\_

Hi ha diverses formes de meditació, d'acord amb la diversitat de mestres espirituals a l'Església. “Però un mètode només és una guia; l'important és avançar, amb l'Esperit Sant, per l'únic camí de la pregària: el Crist Jesús”.<sup>[10]</sup>\_\_\_\_\_

3) La pregària contemplativa: “és, doncs, l'expressió més senzilla del

misteri de la pregària. L'oració és un do, una gràcia; només pot ser acollida en la humilitat i la pobresa”.

<sup>[11]</sup> L'Església l'assenyala com la forma més íntima de diàleg personal amb Déu, en què l'ànima assoleix la unió amb la pregària de Crist que ens fa partícips del seu misteri, en una atmosfera interior d'amor silenciós.

<sup>[12]</sup>

---

Tot cristià està cridat a assolir la plenitud de la contemplació en qualsevol circumstància de la seva vida. Aquesta oració condueix a un creixement actiu i a la consciència de la presència de Déu, així com al desig d'una comunió profunda amb Ell, tant en els moments específicament dedicats a la pregària com al llarg de tota la vida. La pregària, per tant, té per objectiu integrar totes les dimensions de la persona humana, incloent-hi la intel·ligència, la voluntat i els sentiments, i arriba al centre del cor per transformar-ne les

disposicions i donar forma a tota la vida cristiana i fer-lo semblant a Crist.

## **Meditar amb sant Josepmaria**

En aquest entramat, en aquesta actuació de la fe cristiana s'encasten, com joies, les oracions vocals. Són fórmules divines: *Pare Nostre...*, *Déu vos salve, Maria...*, *Glòria al Pare, i al Fill i a l'Esperit Sant*. Aquesta corona de lloances a Déu i a Nostra Mare que és el Sant Rosari, i tantes, tantes d'altres aclamacions plenes de pietat que els nostres germans cristians han recitat des del principi. *Amics de Déu, 248*

Que no manquin en la nostra jornada uns moments dedicats especialment a freqüentar Déu, elevat envers Ell el nostre pensament, i sense que les paraules tinguin necessitat de pujar als llavis, perquè canten prou en el cor. Dediquem el temps que calgui a

aquesta norma de pietat; a una hora fixa, si pot ésser. *Amics de Déu, 249*

Voldria que avui, en la nostra meditació, ens persuadíssim definitivament de la necessitat de disposar-nos a ésser ànimes contemplatives, enmig del carrer, de la feina, amb una conversa contínua amb el nostre Déu, que no ha de decaure al llarg del dia. Si pretenem de seguir lleialment els passos del Mestre, aquest és l'únic camí. *Amics de Déu, 238*

Comencem amb oracions vocals, que molts hem repetit de menuts: són frases ardents i senzilles, adreçades a Déu i a la seva Mare, que és Mare nostra. [...]

Primer una jaculatòria, i després una altra, i una altra... fins que aquest fervor sembla insuficient, perquè les paraules resulten pobres...: i es fa pas a la intimitat divina, en un esguard posat en Déu sense descans i sense

cansar-se. Vivim llavors com a captius, com a presoners. Mentre duem a terme amb la major perfecció possible, dins de les nostres equivocacions i limitacions, les tasques pròpies de la nostra condició i del nostre ofici, l'ànima té ànsia d'escapar-se. Se'n va cap a Déu, com el ferro atret per la força de l'imant. Es comença a estimar Jesús, d'una forma més eficaç, amb un dolç sobresalt. *Amics de Déu* 296.

## **Quina és la relació entre la pregària personal i la pregària de l'Església?**

Com s'ha esmentat anteriorment, la pregària cristiana no es limita a un individu, sinó que el transcendeix i s'insereix en el mateix diàleg d'amor entre el Pare i el Fill, a través de l'Esperit Sant. Com a canal per a això, Déu va instituir la seva Església, que actua com a mediadora en la nostra relació amb Ell: per assolir la relació

íntima i confiada a què estem cridats, necessitem els sagraments de l'Església, ja que són els signes i instruments “amb què l'Esperit Sant difon la gràcia del Crist —que és el Cap— a l'Església, que és el seu Cos. L'Església conté, doncs, i comunica la gràcia invisible que ella significa”.<sup>[13]</sup>—

A través dels sagraments, el cristià és introduït en el misteri de la Comunió dels Sants, on està unit a tota la comunitat de l'Església i participa dels seus béns espirituals. D'aquesta manera, en pregar, ho fa juntament amb tota l'Església, al mateix temps que la pregària de l'Església s'individualitza en cada cristià. “La pregària cristiana és sempre autènticament personal i individual i, alhora, comunitària; defuig de tècniques impersonals o centrades en el jo, capaces de produir automatismes en què, qui la fa, queda presoner d'un espiritualisme

intimista, incapaç d'una obertura  
lliure al Déu transcendent”.<sup>[14]</sup>

## **Meditar amb sant Josepmaria**

Comunió dels Sants. —Com t’ho  
diria? —Saps el que són les  
transfusions de sang per al cos?  
Doncs així és si fa no fa la Comunió  
dels Sants per a l'ànima. *Camí, 544*

Si sents la Comunió dels Sants —si la  
vius—, seràs de bon grat un home  
penitent. —I entendràs que la  
penitència és *gaudium, etsi  
laboriosum* —alegria, bé que  
treballosa: i et sentiràs “aliat” de  
totes les ànimes penitents que han  
estat, són i seran. *Camí, 548*

Comunió dels Sants: la va  
experimentar bé aquell jove  
enginyer quan afirmava: “Pare, tal  
dia, a tal hora, vostè estava pregant  
per mi”.

Aquesta és i serà la primera ajuda fonamental que hem de prestar a les ànimes: l'oració. *Solc*, 472

## **Quin és el paper de l'Esperit Sant en la pregària?**

Per participar en el diàleg d'amor entre el Pare i el Fill, la pregària cristiana és el resultat de l'acció de l'Esperit Sant, que actua en l'ànima infonent les virtuts de la fe, l'esperança i la caritat, i porta l'ésser humà a créixer en la presència de Déu. Independentment del camí o el mètode de pregària, és l'Esperit Sant qui obra en cada cristià. “L'Esperit Sant, la unció del qual impregna tot el nostre ésser, és el Mestre interior de la pregària cristiana. És l'artesa de la tradició viva de la pregària. (...) [...] En la comunió de l'Esperit Sant, la pregària cristiana és pregària en l'Església”.<sup>[15]</sup>\_\_\_\_\_

## **Meditar amb sant Josepmaria**



Com fer oració? Goso assegurar, sense por d'equivocar-me, que hi ha moltes, infinites maneres de pregar, podria dir. Però jo voldria per a tots nosaltres l'autèntica oració dels fills de Déu, no la xerrameca dels hipòcrites, que han de sentir de Jesús: *no tothom qui em diu: Senyor! Senyor! entrarà al Regne del Cel*. Els qui es mouen per la hipocresia potser assoliran *la remor de l'oració* —escrivia sant Agustí—, *però no la seva veu, perquè allà hi falta la vida*, i és absent l'afany de complir la Voluntat del Pare. Que les nostres exclamacions de Senyor!, vagin unides al desig eficaç de convertir en realitat aquestes mocions interiors, que l'Esperit Sant desperta en la nostra ànima. *Amics de Déu, 243*

Han passat molts anys, i no conec cap altra recepta. Si no et consideres preparat, ves a Jesús com ho feien els seus deixebles: *ensenyeu-nos de pregar!* Veuràs com l'Esperit Sant

*ajuda la nostra feblesa, perquè nosaltres no sabem què hem de demanar per pregar com cal, però el mateix Esperit facilita els nostres prec's amb gemecs inefables, que no es poden contar, per tal com no hi ha maneres adients per a descriure'n tota la profunditat. Amics de Déu, 244*

---

## **Referències**

Catecisme de l'Església Catòlica,  
quarta part: La pregària en la vida  
cristiana (2558-2565)

Orationis Formas, *Carta als bisbes de  
l'Església Catòlica sobre alguns  
aspectes de la meditació cristiana*,  
15.X.1989

---

<sup>[1]</sup> *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2559.

<sup>[2]</sup> Cf. Congregació per a la Doctrina  
de la Fe [CDF], Carta als bisbes de  
l'Església Catòlica sobre alguns  
aspectes de la meditació cristiana,  
15.X.1989, núm. 3

<sup>[3]</sup> *Lc* 11, 1-4

<sup>[4]</sup> Benet XVI, Audiència general  
(Catequesi sobre l'oració), 4.V.2011

<sup>[5]</sup> CDF, Carta als bisbes de l'Església  
Catòlica sobre alguns aspectes de la  
meditació cristiana, 15.X.1989, núm.  
3

<sup>[6]</sup> CDF, Carta als bisbes de l'Església  
Catòlica sobre alguns aspectes de la  
meditació cristiana, 15.X.1989, núm.  
7

<sup>[7]</sup> CDF, Carta als bisbes de l'Església  
Catòlica sobre alguns aspectes de la

meditació cristiana, 15.X.1989, núm.  
7

[8] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2704.

[9] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2708.

[10] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2707.

[11] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2713.

[12] Cf. *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2724

[13] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 774.

[14] Carta als bisbes de l'Església  
Catòlica sobre alguns aspectes de la  
meditació cristiana, 15.X.1989, núm.  
3

[15] *Catecisme de l'Església catòlica*,  
núm. 2672.

pdf | document generat  
automàticament des de [https://  
dev.opusdei.org/ca-es/article/es-igual-la-  
pregaria-dun-cristia-que-la-dalgu-duna-  
altra-religio/](https://dev.opusdei.org/ca-es/article/es-igual-la-pregaria-dun-cristia-que-la-dalgu-duna-altra-religio/) (07/08/2025)