

## TEMPS DE QUALITAT PER AL TEMPS D'ESTIU DE 2007

Text de mossèn Ramon Corts repartit entre els components dels grups  
matrimonials de joves de la parròquia

### I. INTRODUCCIÓ

- 1) Per als qui duen una vida activa, de treball, el nostre temps es fragmenta en **curts lapsus de temps de cinc a vint minuts** (pressió laboral, responsabilitats en el treball, en la família i les constants interrupcions dels moderns **dispositius de comunicació**=telèfon, correu electrònic...). Aquesta fragmentació del temps és la que ha creat la necessitat d'un **temps de qualitat (TQ)**, molt més que mai.
- 2) El temps de qualitat té a veure amb el temps que invertim per assolir la **felicitat**, tant per a **nosaltres** com per a als nostres éssers **estimats**. Tenint en compte, és clar, els nostres **propòsits, objectius i prioritats (POP)**. Tot això vol dir, que per trobar un temps ple, que satisfagui la mateixa persona i els qui l'envolten, **cal invertir temps** per preparar aquell **temps més ric que en diem temps de qualitat**.
- 3) El temps no té sols una dimensió, en té dues: Hi ha un **temps objectiu**: el *Chronos* (és el temps que passa, el temps del rellotge). Hi ha també una **dimensió subjectiva** del temps: el *Kairós*. El TQ té a veure amb el kairós: és el **temps que percebo com a ric, ple, que em fa feliç a mi i als altres; un temps que per a mi té valor**, que no solament passa. I el kairós **necessita a chronos**.
- 4) Posem un exemple per veure què és el TQ, doncs és el cas dels pares que tracten de racionalitzar el poc temps que passen junt amb els seus fills. L'argument del pare és: <<no puc invertir molt temps amb els meus fills, però el temps que passo amb ells és TQ>>. Hi ha una certa veritat en això. Mentre que els pares es preocupen per la quantitat de temps que passen amb els fills, els nens donen més importància a la qualitat de l'encontre. Tornem doncs a l'afirmació anterior: És necessària una mínima **quantitat de temps per garantir el TQ**.

**Revisar-te**, dedicar **temps a pensar com assolir TQ**, fer-te un **programa**, ser **crític** respecte a **com inverteixes el temps** que tens per endavant, pot ajudar la teva capacitat per obtenir qualitat en menys temps. Redescobrir el **ritmes de la natura**, de l'any, del **propí cos**, els ritmes cíclics de les **festes**, els **rituals diaris que sanen** (A. GRÜN, *El gozo de vivir. Rituales que sanan*).

El que ara farem serà aplicar el que hem dit al temps d'estiu. **Com tenir més temps de qualitat aquest estiu?** Tot el que diré són suggeriments. I aquests punts els relacionaré també amb la vida espiritual.

## II. PAUTES PER A L'ESTIU

- 5) Uns components del TQ poden se el **silenci i la serenor**, la **pau interior**, el **desig de trobar-se un mateix**, de **relacionar-se més amb els fills**, etc. Tot això **no s'adiu amb tots els ritmes que poguem donar al nostre estiu i a les nostres vacances**. No tot ajuda a **entrar en mi mateix** per **veure quin és l'estat de la meva vida**, quina **mena de felicitat persegueixo**, quina és la **meva relació amb Déu i amb els altres**. Són qüestions de sempre, però són en definitiva les que van construir la nostra existència i li donen en gran part gruix espiritual o, al contrari, la van aprimant.
- 6) **Ritmes de vida de l'estiu que no ajuden a entrar en nosaltres mateixos ni a obtenir TQ**: a) l'**excés d'activitat** o, la contrari, una **excessiva passivitat**. El primer element el pot constituir un canvi tan radical de l'activitat que no permeti ni reposar ni establir relacions més riques amb els altres (la qüestió dels viatges – viatges que descansen, que cansen encara més, religiosos...); b) El segon element, el de la passivitat emmandrida, pot distorsionar el nostre temps de qualitat durant les vacances: **deixar-se anar**, **no fer-se cap programa** o **no seguir-ne cap** i passar llargues **hores davant de la televisió** o l'**ordinador**, per exemple.
- 7) **Els espais de la vida espiritual** (segons l'Esperit) són també TQ: 1) Descobrir en la natura, la muntanya, la platja **la bellesa de Déu i lloar-lo**; 2) **L'Eucaristia diària** durant el temps de més repòs i, naturalment, també la **Missa dominical**; 3) les **estones fixes de pregària més asserenada** (es pot recórrer a la *pregària mental* o a la *Litúrgia de les Hores*, al *Rosari*, la *visita al Santíssim*...); 4) disposar d'algunes **hores** durant aquest estiu o fins i tot **algun dia per a un mateix**, per *entrar més en nosaltres*, per *avaluar la vida*, per *programar el curs que ve*, per *revisar l'ús o l'abús que faig del temps durant el curs*, per *veure com combinar vida professional i familiar*; 5)

Preparar la **celebració del Sagrament de la Reconciliació**, com a final, també, de la reflexió que hom hagi fet aquest estiu sobre la seva pròpia vida; 6) TQ ho és el temps que inverteixo en la meua **direcció espiritual**: ¿no seria convenient plantejar-se l'oportunitat d'aquesta figura?; 7) Segur que serà TQ per al proper curs el temps que dedicaré a formar part d'algun **grup d'acompanyament**: el grup de matrimonis, per exemple; 8) TQ ho serà també el servei a l'**Església** fent algun **apostolat** o **voluntariat**

- 8) L'estiu és una ocasió bona de **donar el nostre temps**; a) en primer lloc al **propri cònjuge**, això adquireix més importància segons com estiguin les relacions de parella; b) als **fills** (¡tampoc més del compte!); c) realitzant **activitats conjuntes** (esposos, fills); d) fent allò que, habitualment, no podem dur a terme durant el curs, com **visitar malalts**, fer **companyia** als qui no veiem sovint, i als **ancians**, i tenir en compte els més **necessitats**...
- 9) **Canviar la qualitat del temps que tinc**: en lloc de televisió, d'ordinador, de ràdio... la **lectura** (= Paraula de Déu, **lectura espiritual**), la **música**, la **conversa enriquidora** o un "**no fer res, per asserenar-se**"... Suggestiments: **webs per a la pregària diària**, **llibres**. Vegeu la nostra pàgina web, [www.concepciobcn.com](http://www.concepciobcn.com).
- 10) I sempre cal **vigilar sobre nosaltres mateixos**...

## MANDAMIENTOS PARA LAS VACACIONES

### ABC - J. BASTANTE - MADRID.

*El obispo de Tortosa, Javier Salinas, ha escrito una serie de «mandamientos» para este verano. Éstos son algunos de ellos.*

- Vive la naturaleza. En la playa, en la montaña, en la serranía, descubre la presencia de Dios. Alábale por haberla hecho tan hermosa.
- Vive tu condición de cristiano. No te avergüences en verano. Falsearías tu identidad.
- Vive el domingo. En vacaciones, sigue siendo el día del Señor y Dios no se va de vacaciones. Acude a la Eucaristía dominical. Tienes más tiempo libre.
- Vive la familia. Dialoga, juega, goza con ellos sin prisas. Reza en familia. Asiste al templo también con ellos.
- Vive la vida. La vida es el gran don de Dios. No hagas peligrar tu propia vida y evita riesgos a la vida de los demás.

- Vive la amistad. Desde la escucha, la confianza, la ayuda, el diálogo, el enriquecimiento y el respeto a la dignidad sagrada de las demás personas.
- Vive la justicia. No esperes que todo te lo den hecho. Otros trabajan para que tú tengas vacaciones. Ellos también tienen sus derechos. Respétalos y respeta sus bienes.
- Vive la verdad. Evita la hipocresía, la mentira, la crítica, la presunción engañosa e interesada o la ociosa vanagloria.
- Vive la limpieza de corazón. Supera la codicia, el egoísmo y el hedonismo. Vacación no equivale a permisividad.
- Vive la solidaridad. No lo quieras todo para ti. Piensa en quienes no tienen vacaciones, porque ni siquiera tienen el pan de cada día. La caridad tampoco toma vacaciones.