

## CARTA DOMINICAL

23 DE JULIOL DE 2023

RESSÓ DE LA PARAULA

### Gaudir de la vida (1)

Per diversos motius som en temps d'un desig intens de "gaudir de la vida". És un dret? L'ambient vacacional sembla alimentar i justificar aquest anhel. Reconèixer les vacances com un dret, justifica l'exigència de descans, i quelcom més que descans, també l'exigència de l'expansió i el goig que busquem amb ànsia.

Però més enllà de si això és un dret, hem de ser lúcids i reflexionar sobre el que realment significa aquest temps lliure, per a no enganyar-nos i, en definitiva, ser més feliços. Perquè, si som sincers, reconeixerem que sovint aquest anhel de gaudi de la vida acaba en una gran frustració i allò que en principi havia d'ajudar-nos a viure resulta inútil o fins i tot perjudicial.

Ja hem dit en aquestes pàgines que entendre les vacances únicament com un temps "d'alliberament" que compensa l'esclavitud i el sofriment de la vida ordinària és un engany. Perquè en definitiva no sortim d'un cercle viciós, no ens movem perquè no creixem, els problemes continuen essent aquí i continuem sent esclaus passius: víctimes de la tristesa, el mal geni, la protesta constant. De fet, el retorn de les vacances sol ser traumàtic i els psicòlegs han tipificat aquest fenomen denominant-lo com a "síndrome postvacacional".

Independentment del possible tractament psicològic, que sempre serà superficial i de solucions pragmàtiques, com millorar les condicions externes del treball i del descans, ¿podem fer alguna cosa des de la nostra llibertat i les nostres opcions profundes en la vida? Aquesta qüestió ens enfronta a qüestions més decisives: ¿què significa el descans, quin sentit té el treball?; ¿com viure el temps de vacances perquè redundi en creixement personal, en avanç cap a un ideal de plenitud i de felicitat?

Fa uns anys el professor Alfonso López Quintás va publicar un llibre titulat "Vertigen i èxtasi. Una clau per a superar les addiccions i viure en plenitud". Com era habitual en ell,

aquest autor tenia davant el gran problema de les addiccions destructives que assetgen a adolescents i joves, i mira de respondre aquesta qüestió des de criteris de profunda pedagogia. La clau de la seva aportació, ampliable a tots els terrenys de la vida humana, consistia en la distinció entre experiències de vertigen (o fascinació) i experiències d'èxtasi (o de creativitat). Aquelles són alienadores i destructives. Aquestes són positives i fecundes. La seva aportació essencialment consistia, no tant a "ensenyar valors" als joves, com a afavorir experiències d'èxtasi i creativitat, perquè ells mateixos descobrissin camins d'autèntic creixement personal. Aquest treball es desenvolupava utilitzant les nombroses possibilitats del poder formatiu de les obres literàries i cinematogràfiques de qualitat, i aplicar-lo a la tasca educativa.

Referint aquest criteri al nostre problema, veiem que hauríem de discernir acuradament el que programem en el nostre temps lliure. Detectar les experiències de vertigen no és fàcil, però si més no podem saber quines vivències són mer consum, quines coses s'ofereixen seduïnt-nos per a ser merament posseïdes, gastades, com aliment d'una fam superficial, què promet un gaudi ràpid i efímer... Detectar les experiències d'èxtasi s'assoleix quan revisem el que hem viscut i conclouem que ens ha facilitat un goig més profund i durador, que tal o tal altra vivència ens ha obert a l'experiència del sentit de les coses i de la vida, ens ha convidat a sortir d'un mateix i trobar-nos amb un altre, reconeixent-li i fins i tot donant-li el que potser necessita...

Tot consisteix a optar segons el que som o creiem ser. I si no sabem exactament què o qui som, no estaria gen malament dedicar-hi un temps serè i pacífic a esbrinar-ho.

† **Agustí Cortés Soriano**  
Bisbe de Sant Feliu de Llobregat