

## La societat del cansament

*Sentim el dolor com una tempesta estranya que ens cau a sobre*

Al llibre *Vers una espiritualitat dels sentits* (<http://www.fragmenta.cat/ca/catalog/assaig/528429>) (Fragmenta Editorial) el teòleg portuguès José Tolentino Mendonça (1965) ens proposa reflexionar sobre el nostre món interior amb idees com aquestes catorze.

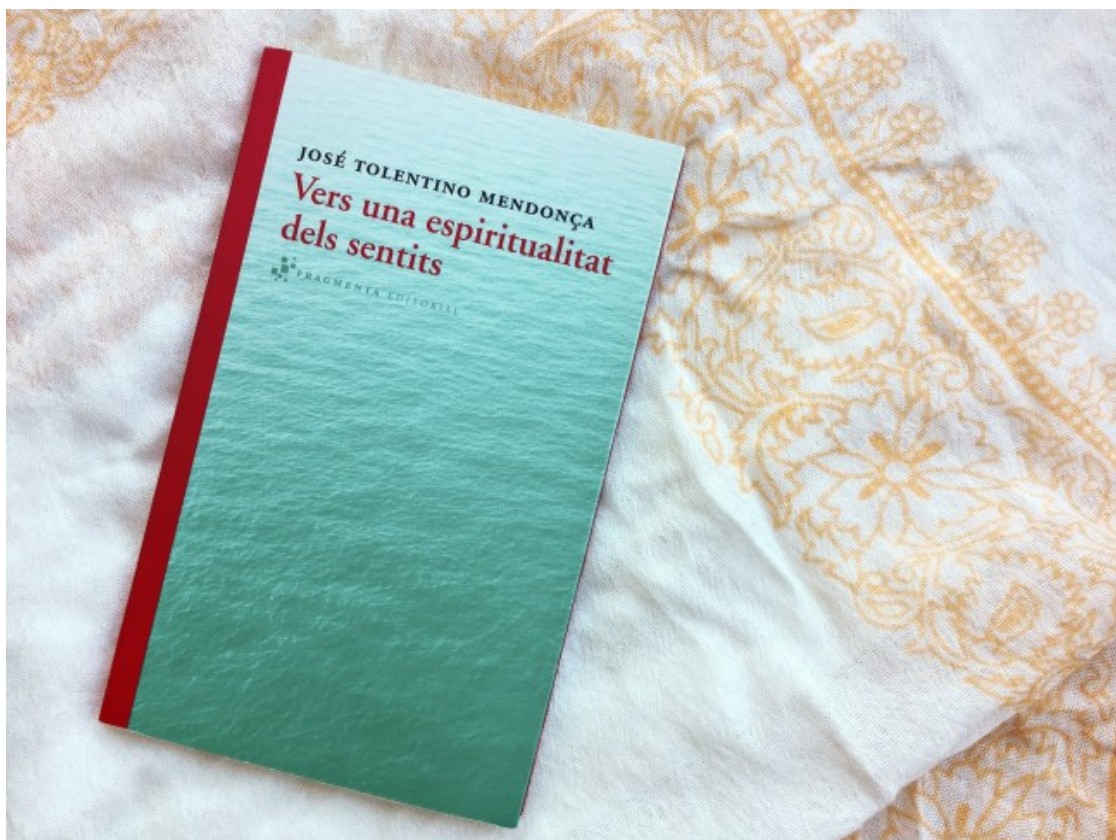


Foto: Catorze

1. L'excés (d'emocions, d'informació, d'expectatives, d'exigències...) atropella la persona humana i l'empeny a un estat de fatiga, d'on cada vegada és més difícil tornar. El risc és l'empresonament permanent en aquest cansament.
2. "He sentit massa per poder continuar sentint" [Fernando Pessoa]. En efecte, l'excés d'estimulació sensorial en què estem submergits té un efecte contrari. No ens amplia la capacitat de sentir, sinó que la contamina amb una irremeiable atròfia.
3. Vivim en una societat dominada cada cop més pel mite del control. I el seu postulat dogmàtic és aquest: la fórmula per a una vida realitzada és la capacitat de controlar-la de dalt a baix. No entenem fins a quin punt una mentalitat així representa la negació del principi de realitat. Això per dir fins a quin punt se'ns ajuda poc a entomar la irrupció de l'inesperat que avui el sofriment representa.

- 4.** Sentim el dolor com una tempesta estranya que ens cau a sobre, tirànica i inexplicable. Quan arriba, només som capaços de sentir-nos-hi atrapats, i els sentis se'ns tornen com persianes que, ni que sigui inconscientment, abaixem.
- 5.** "El dolor és tan gran, el dolor sufoca, ja no té aire. El dolor necessita espai", escriu Marguerite Duras a les pàgines autobiogràfiques del volum que va titular *El dolor*. I ens descobrim més sols del que ens pensàvem entremig d'aquest incendi íntim que creix. A les etapes del sofriment la impotència sembla empresonar enigmàticament totes les nostres possibilitats. I posem en dubte que aquest limitat cos que som sigui el lloc per viure la nostra aventura total o un fragment que sigui significatiu.
- 6.** La mort s'ha convertit en un tabú. És més desagradable parlar-ne que no pas deixar anar una obscenitat. L'amaguem per tots els mitjans. D'una altra banda, quan ens toca saber que els que estimem se'n van, això ens enfonsa en un dolor i en una solitud extremes. [...] Ens caldria primer plorar la nostra impossibilitat de consol.
- 7.** La rutina comença sent un esforç de regularitat en els diversos plans de l'existència, esforç que, cal dir-ho, és en si positiu. La vida seria impossible si l'eliminèssim del tot. Les rutines tenen un efecte saludable: fan de la quotidianitat un encadenament de situacions esperables, ens permeten habitar amb confiança el temps.
- 8.** Però el que comença sent bo amaga també un perill. De sobte, la rutina substitueix la vida mateixa. Quan tot es torna obvi i regulat, deixa d'haver-hi lloc per a la sorpresa. Cada dia és simplement igual que el dia abans. El nostre viatge passa a les mans d'un pilot automàtic, que només ha d'aplicar, de la manera més maquinal de què sigui capaç, les regles prèviament establertes. Els sentits s'adormen. Els dies ja poden ser nous cada matí o l'instant obrir-se com un llindar inèdit, que mai no els recorrerem així.
- 9.** El cor no en té prou amb la rutina. El gran repte és, cada dia, tornar-ho a mirar tot per primera vegada, enlluernar-se amb la sorpresa dels dies. És reconèixer que aquest instant que passa és la porta per on entra l'alegria. Però per a això haurem de recuperar la sensibilitat a la vida.
- 10.** La nostra autobiografia és així també una història de la pell i del tacte, de la manera com toquem o no toquem, de la manera com ens han o no ens han tocat, encara que continuï sent, en gran mesura, un relat submergit, en què no hi pensem.
- 11.** Inventem el temps i mai no en tenim. Els nostres rellotges no dormen mai. ¿Quantes vegades el temps és la nostra excusa per renunciar a la vida, per perpetuar el desencentre que tenim amb ella? Com que no tenim segles al davant, renunciem a l'audàcia de viure plenament el breu instant.
- 12.** Una de les crisis més greus de la nostra època és la separació entre coneixement i amor. [...] Estimar significa obrir-se, trencar el cercle de l'aïllament, habitar aquest miracle que és poder estar plenament amb nosaltres i amb l'altre. L'amor és el desgel.
- 13.** "Només hi ha una manera de patir: és no estimar" [António Lobo Antunes]. Però no és pas el sofriment inevitable de tot amor el que impedeix la vida. L'obstacle és, més aviat el seu contrari: l'apatia, la distracció, l'egoisme, el cinisme.
- 14.** L'amor és el camí que ens porta a l'esperança. I l'esperança no és una espècie de consol, mentre s'esperen dies millors. No és sobretot l'expectativa del que vindrà. Esperar no vol dir projectar-se en un futur hipotètic, sinó saber recollir l'invisible en el visible.





JOSÉ TOLENTINO MENDONÇA

**Vers una espiritualitat  
dels sentits**



FRAGMENTA EDITORIAL

**Vers una espiritualitat dels sentits** <http://www.fragmenta.cat/ca/cataleg/assaig/528429>

© José Tolentino Mendonça  
© de la traducció: Pere Comellas Casanova  
© Fragmenta Editorial, 2016