

Petita teologia de la lentitud

José Tolentino Mendonça

Contraportada.- Passem per les coses sense habitar-les, parlem amb els altres sense sentir-los, reunim informació que no arribarem a pair mai. Tot transita en un galop sorollós, vehement i efímer. **La velocitat amb què vivim ens impedeix viure.**

Necessitem una lentitud que ens protegeixi de les precipitacions mecàniques, dels gestos cegament compulsius, de les paraules repetides i banals.

Necessitem reaprendre l'aquí i l'ara de la presència, reaprendre el que és sencer, intacte, concentrat, atent i u.

José Tolentino ens convida a explorar la lentitud, l'agraïment, el perdó, l'espera, l'art de cuidar i habitar, la perseverança, la compassió, l'alegria, el desig i l'art de no saber. L'autor expressa el seu anhel respecte al futur de la humanitat: que habitem, contemplem i ens meravelles de cadascun dels nostres actes.

1. L'art de la lentitud

Els nostres estils de vida semblen inevitablement contaminats per una pressió que no dominem.

Cada projecte que ens proposem és sempre més absorbent que l'anterior i té l'ambició de passar davant de tot.

Passem a viure en un espai obert sense parets ni límits, sense uns dies diferents dels altres, sense rituals reconfiguradors, en un continu obsessiu, controlat de minut en minut.

...

Segons Milan Kundera el grau de lentitud és directament proporcional a la intensitat del record, mentre que el grau de velocitat és directament proporcional a l'oblit.

La pressa ens condemna a l'oblit.

La velocitat amb què vivim ens impedeix viure.

...

La lentitud intenta fugir del que és quadriculat; gosa transcendir el que és merament funcional i utilitari; tria més sovint conviure amb la vida silenciosa; anota els petits tràfics de sentit, els intercanvis de sabor i les seves fascinants minúcies, el palpament diversificat i tan íntim que pot ser lluminós.

2. L'art de l'inacabat

Se'ns diu i se'ns repeteix que el temps ben aprofitat és un continu que no es trenca i que hem d'estirar fins al límit.

...

N'hi hauria prou a adonar-nos dels efectes col·laterals que provoquen les nostres vides superocupades, del que queda enrera, del que deixem de dir o de compartir.

La posició de saviesa és acceptar que el temps no s'estira, que és increïblement breu i que, per això, l'hem de viure amb l'equilibri possible. No ens podem enganyar amb la lògica de les compensacions.

...

La gestió del temps és un aprenentatge que, com a individus i com a societat, hem de fer.

En això del temps, a vegades és més important saber acabar que començar, i més vital suspendre que no pas continuar.

Aquest exercici d'interrompre una feina per reposar no és fàcil. Implica, sovint, un exercici de desprendre i de pobresa. Acceptar que no hem assolit tots els objectius que ens havíem proposat.

Acceptar que el que hem assolit és encara una versió provisional, inacabada, plena d'imperficcions.

...

Però cal mirar d'una altra manera l'inacabat, no només com un indicador o un símptoma de mancança, sinó com a condició inexcusable de l'ésser humà.

...

La vida de cadascun de nosaltres no es basta a si mateixa: sempre necessitarem la mirada de l'altre, que és un mirar l'altre, que ens mira des d'un altre angle, amb una altra perspectiva i un altre humor.

Individualment la vida només es resol de manera intermitent, perquè el seu sentit només s'assoleix en el fet de compartir i de donar.

3. L'art d'agrar el que no ens donen

...

Per pura donació rebem el bé més preciós, la pròpia existència, i de la mateixa manera gratuïta hem passat i passem per l'experiència de ser protegits, cuidats, aollits i estimats.

Ens adonariem que **som, en molts sentits, una obra dels altres.** Tots ho som.

...

Avui, però, m'he posat a pensar també en la importància del que no se'ns ha donat. Mentre no agraiem a Déu, a la vida o als altres el que no ens han donat, sembla que la nostra pregària queda incompleta.

Podem fàcilment continuar vivint mentre nodrim el ressentiment pel que no se'ns ha donat, mentre ens comparem amb els altres i ens considerem víctimes de la injustícia, planyent-nos de la duresa del que a cada estació no es correspon amb el que havíem planejat.

O podem mirar el que se'ns ha donat com l'oportunitat, per més que misteriosa, per més que invertida, d'encetar un camí d'aprofundiment...i de resurrecció.

...

L'escriptora Etty Hillesum, dins d'un cap de concentració, va escriure en el seu diari: "La grandesa de l'ésser humà, la seva autèntica riquesa, no és en el que es veu, sinó en el que porta al cor. La grandesa no li ve del lloc que ocupa a la societat, ni del paper que hi fa, ni del seu èxit social. Tot això pot ser que li sigui pres d'un dia per l'altre. Tot això pot desaparèixer en un no-res.

La grandesa de l'ésser humà és en el que li queda quan precisament tot el que li donava algun tipus de brillantor exterior s'apaga. ¿I que li queda? Els recursos interiors i res més".

4. L'art del perdó

Pot semblar estrany, però arriba un moment en què ens aferrem al dolor com si fos un heroisme i ens posem a ensenyar ferides com qui exhibeix condecoracions.

El nostre disgní, inconfessat, esdevé passar la vida amb la condició de víctimes.

...

Penso que es produeix un tomb quan acceptem entendre que tots som vulnerables.

...

Tots necessitem perdó.

Ens encallem ben fàcilment en carrerons sense sortida, en cercles tancats, hostatges d'una amargura que cada vegada es fa més pesada i contamina inexorablement la vida.

L'acte del perdó és una declaració unilateral d'esperança.

...

Perdonar és creure en la possibilitat de transformació, començant per un mateix.

Les ofenses rebudes ens revelen un retrat aspre i irònic de nosaltres mateixos.

Ara bé, per perdonar cal tenir una set furiosa i pacient del que (encara) no existeix. El perdó comença sent una llumeta. I val la pena insistir-hi i esperar. El sol no surt de sobte. Aquesta tardança és una condició de la seva veritat.

5. L'art d'esperar

...

La nostra cultura, que mitifica (ingènuament) l'eficàcia i l'utilitarisme, fa molt de temps que ha abolit el valor de l'espera.

Del *prêt-à-porter* al menjar ràpid, de la comunicació en temps real a l'experiència instantània dels afectes: l'espera s'ha tornat un pes mort amb el qual no sabem relacionar-nos i que cal llançar per la borda.

...

Ens tornem hipermoderns, polivalents, equipats de tecnologia com una central ambulant. multifuncionals però cada cop més dependents, perfeccionistes però sempre insatisfets.

Potser cal dir-nos que esperar no és necessàriament una pèrdua de temps. Moltes vegades és el contrari, és reconèixer el propi temps, el temps necessari per ser; és prendre's el temps per a un mateix com un lloc per maduració, com una oportunitat retrobada: és entendre el temps no només com el que emmarca el sentit, sinó com una formulació significativa ens si mateixa.

...

Pel que fa al temps, la vida és completament artesanal. No es pot produir en sèrie, ni trobar-la feta en una altra banda. **La vida requereix la paciència del terrisser.**

6. L'art de cuidar

M'ha semblat molt interessant la història del fotògraf japonès Tatsumi Orimoto i les saludables provocacions que planteja.

Els objectes artístics s'han tornat una mercaderia, amb un circuit gens ni mica diferenciat dels altres rams del comerç.

Quan la vocació de l'art es limita a ser una mercaderia, cal que sorgeixin moviments antiart.

...

La intimitat concretada a **tenir cura de la seva mare** serveix a Orimoto per desenvolupar **un art que és profundament crític en relació amb les prioritats, els cànons de bellesa, els models de felicitat del món contemporani.**

...

La metàfora visual que els seus rostres desprotegits dibuixen ens ressitua davant de les preguntes essencials.

I la veritat es que ens cal més un art que (ens) faci preguntes que no pas una indústria per decorar parets.

7. L'art d'habitar

L'esser humà es realitza a mesura que habita. ¿I què és habitar?. Habitar, deia Heidegger, significa “guardar i conrear”.

Les cases són una màquina d'habitar, i tenen un paper clau en la construcció de la nostra experiència humana.

Parlen del que és humà, parlen del coneixement, parlen de la lluita per la supervivència, parlen de la intimitat, parlen del silenci i de la paraula, parlen del que s'ha acomplert i del que s'ha ajornat, del són i de la vigília, del que és fratern i del contrari, de la ferida i de la joia, de la vida i de la mort.

Conrear ens remet, així, a la manera com la natura es transforma amb la nostra activitat.

...

L'èsser humà està cridat no només a conrear sinó també a protegir.

Tenir cura dels altres vivents i, en aquest sentit, de tota la vida amb què es troba.

Tanmateix, ens estimem més impermeabilitzar la vida. Per alguna raó, el dolor dels altres, el que erròniament considerem que no és nostre, ens arriba en una llengua estranya.

Ens sembla impenetrable, fins i tot quan hi topem contínuament.

No és estrany que el nostre habitar sigui tan confús.

8. L'art de mirar la vida

El que és important de debó és saber, amb una d'aquelles certeses que broten innegociables del fons de la pròpia ànima, **si estem disposats a estimar la vida com tal com es presenta.**

...

Quan Simone Weil repeteix que “l'atenció és una pregària”, no fa res més que mobilitzar-nos cap a l'aliança amb l'ara, perquè si no som prudents i generosos per mantenir els ulls oberts al màxim sobre el present, ¿quina ciència ens podrà oferir el futur?.

Viure té aquesta simplicitat, que ens cal redescobrir desfent-nos de les moltes coses que ens entrebanqués, rellantçant-nos en el seu flux obstinat.

Sovint estem alienats de la vida, n'estem separats, per una muralla de discursos, d'angoixes, de confuses esperances.

Entre estimar la vida hipotèticament pel que n'esperem o estimar-la pel que és, moltes vegades en total impotència, en pura pèrdua, en irresoluble mancança.

Condicionar la joia per la vida a una felicitat somiada és renunciar-hi d'entrada, perquè la vida és decebedora (no tinguem por de la paraula).

...

Es tracta d'una feina de dol, un camí de depuració, sense renunciar a la complexitat de la pròpia existència, però acceptant que no es pot desvelar completament. La vida és el que queda, malgrat tot: la vida entelada, minúscula, imprecisa i preciosa com ella sola.

La saviesa és la vida mateixa: la realitat de viure, l'existència no com a treva sinó com a pacte conegut i acceptat en la seva fascinant i dolorosa totalitat. No es tracta només de viure l'instant, tasca inútil, perquè la vida és duració. Les coses que se'ns donen duren, i nosaltres hi duren a dins, amb elles, per elles.

...

¿I quan arriba, l'hora de la felicitat?. Arriba en aquells moments de gràcia en que no esperem res.

9. L'art de la perseverança

Durant generacions, la perseverança ha guiat una manera de viure, l'estil moral de qui es manté fidel al seu camí i a les seves conviccions, sabent que això té un cost previsible: la turbulència i l'aspror dels viatges de veritat.

La perseverança es considerava una virtut, **una força que dona qualitat a l'existència.**

...

Perseverar és suportar, mantenir ferma l'orientació perquè hi ha a la vista un objectiu que es vol assolir.

Perseverar és creure que el present manté una aliança (que no és fortuïta ni absurda) amb el futur.

Però els temps que vivim gairebé se senten violentats quan senten parlar d'objectius. L'accentuació de l'estat d'incertesa ens torna crèduls davant de solucions màgiques (no és casualitat que proliferin els jocs d'atzar) i incrèduls en la bondat dels camins llargs i difícils, com ho són els de cada persona i els de tota la societat digna d'aquest nom.

...

Perseverar és mantenir fermament la constància, continuar en una via (que els antics no dubtaven a designar com la via del bé) encarant fins i tot les dificultats més grans.

Sant Tomàs d'Aquino va dir: "La perseverança és una insistència estable i permanent en allò que un ha emprès amb raó".

...

La constància ensenya la resistència als impediments exteriors, aquells amb què compte i que, se pres des de fora, ens assalten bruscament.

La perseverança té a veure amb les dificultats internes, inherents al camí mateix o a la decisió presa.

L'art de la perseverança no és un combat de determinats dies o de determinades estacions: és un combat de tothora i de totes les etapes del trajecte.

L'art de la perseverança **és un combat intern** (amb un mateix, contra un mateix i per a un mateix) per mantenir, al llarg de temps, tant la vigència com la intensitat del que hem promès: una feina, un desig, un compromís, una paraula, una amistat o un amor.

10. L'art de la compassió

...

Percebem en el dolor dels altres un patiment que pot arribar a ser nostre i preferim alienar-nos de la manera que sigui, fugint o fingint.

Com recorda el filòsof Emmanuel Levinas, **res no té, en aquest món, més sentit que la compassió.**

Etimològicament s'explica com un "patir amb l'altre".

El dolor ens segresta en un aïllament que pot arribar a proporcions inaudites. La compassió és aquesta peculiar relació humana que paradoxalment comença aleshores, quan necessitem que ens cuidin i som positivament correspostos per una presència amistosa.

...

La compassió es torna atenció, consonància, responsabilitat per la vida, tria solidària, gestos, permanència.

Hi ha en la compassió la suspensió del judici sobre la vulnerabilitat de l'altre.
La compassió ens allibera del pes del passat o de les idealitzacions del futur: ens ancora vitalment en aquest instant, que és el que hem de viure.

...

Una cosa és patir amb l'altre; una altra és patir en lloc de l'altre o projectant-se en l'altre.
Compadir-se vol dir patir el sofriment de l'altre com a altre.

L'espiritualitat ha de ser una escola de compassió.

11. L'art de l'alegria

Més fàcilment passa per savi el taciturn que l'alegre.

...

El pitjor que pot passar és invertir en una vida altament productiva, però que ha perdut la capacitat de sorpresa, la possibilitat de la delícia.

L'alegria és, fonamentalment, una expressió profunda de l'ésser: en bondat, en veritat, en bellesa.

Un element que caracteritza l'alegria és el fet que no ens pertany. Ens envaeix senzillament i irromp quan acceptem construir l'existència com a pràctica de l'hospitalitat.

Els dies sense alegria són aquells dies sense cap record.

...

Per accedir a l'alegria, la vida ha d'adquirir porositat. Encara que el preu a saldar impliqui dolor.

Sovint, un sofriment ha d'excavar primer en nosaltres la profunditat que després l'alegria vindrà a omplir.

12. L'art d'anar a trobar el que es perd

Les grans transicions no es fan sense cap cost.

Imaginem-nos el procés complex que va ser l'adaptació de les societats orals a l'escriptura. Som una societat de lectors/receptors més que de narradors, i aquest desequilibri es nota.

...

Avui tornem a habitar una gran transformació: de l'escriptura passem a l'electrònica; molt més instantània, global, accessible, envolupant.

Una de les coses que ens arisquem a perdre és, així, el distanciament, el marge de temps i de llibertat tan necessaris per a la ponderació.

...

Moltes vegades el coixí és més bon conseller que no pas la pantalla.

13. L'art de la felicitat

Ens conformem amb el fet que sigui un bé tan desitjat com escàs; acceptant que la felicitat potser no és d'aquest món, però sense deixar d'estar confusos perquè veiem que brilla tan a prop.

Tanmateix, d'aquí a acceptar que **la felicitat suposa un aprenentatge, un coneixement o una competència**, hi ha un pas que ens resistim a fer.

Les nostres societats practiquen un agnosticisme militant pel que fa a les possibilitats de cada ésser humà de construir-se i de consumir-se d'una manera feliç.

...

Irònicament, són els publicitaris els qui es dediquen a pensar la insadollable gana de felicitat inscrita en el cor humà.

...

Potser algun dia ens despertarem per alleujar les espatlles dels publicitaris d'aquesta responsabilitat tan gran. I individualment i en comunitats encetarem nosaltres mateixos la preciosa feina de fundar una humil, imperfecta i inacabada ciència de la felicitat.

14. L'art de la gratitud

...

Un sentiment estrany, l'enveja. De fet, qui enveja revesteix el seu objecte d'una admiració que té poc a veure amb la realitat.

...

L'enveja és el sentiment disruptiu en relació amb una altra persona que posseeix o gaudeix alguna cosa desitjable.

...

Cadascú porta en si una ració de mancances d'amor, i la qüestió és com les reconeix, les integra i les transfigura.

El contrari de l'enveja és la gratitud, i aquesta està íntimament lligada a la confiança, al bé que es desenvolupa en els altres, al bé que l'altre és en si mateix (independentment de mi) i al bé que en rebo.

L'experiència de la gratificació que l'altre constitueix es torna llavors una escola de generositat: passem a ser capaços de compartir amb els altres el nostre do. L'enveja és una reivindicació estèril i infeliç. **La gratitud construeix i reconstrueix el món**, a dins i a fora de nosaltres.

15. ¿L'art d'escoltar el nostre desig?

Hi ha preguntes que ens esperen des de sempre.

¿Quin és el meu desig? **El meu desig profund**, aquell que no depèn de cap possessió o necessitat, que no és refereix a un objecte, sinó al propi sentit.

...

El desig que no coincideix amb les estratègies quotidianes de consumir, sinó amb l'horitzó ampli de consumir, de la realització de mi mateix com a persona única i irrepetible, de l'assumpció del meu rostre, del meu cos fet d'exterioritat i d'interioritat (i ambdues són vitals), del meu silenci, del meu llenguatge.

...

La societat que s'obté pel consum és una presó del desig, reduït a un impuls de satisfacció immediata.

En aquesta línia, el desig no se sadolla, sinó que s'aprofundeix.

...

Quan ens disposem finalment a comprendre el que hi ha en nosaltres des del començament, però que habita l'altre costat dels nostres miralls.

¿Què passa aleshores? Ens interroguem, reflexionem, dubtem, elaborem interiorment la nostra experiència, mirem d'una altra manera determinats moments.

...

Especialment difícil és contactar amb el patiment submergit i abraçar aquell dolor que ens costa de reconèixer.

Identificar i cuidar aquest dolor és la condició per ser nosaltres mateixos i poder entendre també el dolor que els altres carregen, i així tocar la nostra i la seva veritat.

El moment de l'acceptació d'un mateix, amb llacunes i vulnerabilitats, és una etapa crítica però ens obre a la transformació i a la fecunditat possibles, ens obre a l'enunciació del desig.

...

Cada persona és un *Homo desiderans*. Però sovint ens hem de preguntar què de n'ha fet, del nostre desig.

16. L'art de morir

...

La contemporaneïtat ha fet de la mort el seu tabú, el més temut i ocultat, i ens deixa completament sense preparació per enfrontar la naturalitat amb què la vida l'abraça. Sobre la mort no sabem què dir ni què pensar. I això constitueix, de fet, una mancança enorme.

La mort és una expressió de la vida.

...

La mort pot representar en l'itinerari personal, i en els nostres camins encreuats i comuns, **l'oportunitat de mirar la vida més profundament.**

...

Hem d'aprendre a estar amb els altres quan els arriba el moment, desenvolupant capacitats fins llavors negligides. Hem d'aprendre a tenir cura del dolor i a fer-lo minvar amb el cor, amb la presència amb els gestos silenciosos, el respecte, l'expectativa de trobat coratge.

Hem d'aprendre a bressolar la fragilitat, la dels altres i la nostra, ajudar cadascú a retrobar-se amb les coses i amb els records adequats, a no desesperar, a trobar un fil de sentit en que està vivint, per ínfim i trèmul que sigui.

Hem d'aprendre a ser suport, hem de voler eficiència tècnica però també compassió, hem de reconèixer el valor d'un somriure, encara que sigui imperfecte, en certes hores extremes.

A la vora del final hi ha sempre tantes coses que comencen

17. L'art de no saber

...

No formo part de l'exclusiu club dels pessimistes històrics; els discursos sobre la decadència m'avorreixen; de la mateixa manera, he de confessar-ho, els optimistes en desconcerten.

...

No és difícil conjecturar que sorgiran noves gramàtiques per comprendre i intervenir en el món, i que unes confirmaran i unes altres s'oposaran al que nosaltres hem sigut, i que reinventaran mètodes i propòsits.

...

De poc serveix agafar-nos als nostres punts d'arribada, com si fossin els únics legítims, quan més aviat hauríem de començar a beneir el futur que ens declari superats.

Beneït el futur que es rigui de nosaltres per haver-ho confès tot: el desplaçament amb el viatge, l'aproximació amb l'encontre, la possessió de coses amb l'ús, l'acumulació de béns amb el seu gaudi saludable.

Beneït el futur que ens critiqui per haver produït tant i distribuït tan malament, per haver anat a la Lluna i resistir-nos tant, però tant, a arribar al coneixement del propi cor.

Beneït el futur en què les tecnologies deixen de ser un fetitxe en mans del mercat, i es tornin un instrument més ben ajustat a la vida de tothom.

Beneït el futur que ens inspiri maneres d'existència més essencials, més atentes als altres humans.

...

Però hi ha una cosa que desitjo molt: que la humanitat que vingui a habitar això que per nosaltres és el futur senti moltes vegades que no sap què pensar.

Que es deixi desconcertar per l'esplendor inexplicable de l'alba; que es quedi sense paraules davant del mar; que se senti irresistiblement atreta per la varietat de colors, de volums i olors del paisatge diürn i nocturn; que s'estremeixi al primer contacte amb l'aigua; que conservi la capacitat de sorpresa davant de la manera com el vent arrossega les nostres veus felices en la distància; que miri de la mateixa manera desprevinguda la pluja, els camps amarats de silenci, les coses mínimes i amples, el trànsit de núvols, la disseminació de les roselles que en els camps semblen paraules que somien.

Desitjo ardentment que la humanitat del futur assaboreixi la incomoditat del que es manté obert no per insuficiència, sinó per excés, i no s'afanyi a catalogar, a descriure o a empresonar.

Que la seva forma de comprensió sigui una altra manera de mantenir intacta (o fins i tot de fer més gran) la sorpresa.