EL POU de la gallina
Revista manresana d'informació i opinió

Opinió | 24 | Actualitzat el 11/04/2012 a les 18:22

Desenfocar

Moltes vegades recordo l'escena inicial de la pelÂ·lÃ-cula *Tu vida en 65â€²* en quÃ¨ el protagonista esgota minut darrere minut mirant fixament el centrifugar d'una rentadora. Reflexiona mentre veu com giren les samarretes i les calces que van transformant-se de brutes a netes. I diu que el relaxa, que li aporta una certa seguretat.
Pensant-hi, potser és perquè s'adona que tot és cíclic i que, per tant, allò que va marxar tornarà? i a la inversa (tornen les modes i les accions que un fa). L'escena em ve a la ment quan sento que no aconsegueixo desenfocar en algun aspecte en concret. És a dir, quan quelcom m'absorbeix tant les energies que a la vida sembla que no m'hi càpiga res més. De fet, en el fons, tots ens hem quedat algun moment paralitzats, veient com centrifuga la nostra rentadora. Potser no és una qüestió literal (reconec no haver-ho fet mai), però sí emocional. Tant de bo poguéssim deixar-nos sentir, en tots aquests moments, el discurs del mític Rocky Balboa al seu fill: *«Hay que soportar sin dejar de avanzar, así es como se gana. Si tu sabes lo que vales, ve y consigue lo que mereces?».*

No tinc un remei màgic per desocupar el cervell de pensaments únics i, creieu-me? s'accepten suggeriments! Però sí que d'un temps cap aquí, i després de llegir sobre intel·ligència emocional i autocontrol en les emocions, puc dir, i dubto equivocar-me, que a la vida gairebé la meitat d'un tot depèn de l'actitud que hi posem. Com es diu al film documental *El cambio*, protagonitzat pel psicòleg Wayne W. Dyer: *«Siguis qui siguis, tinguis l'edat que tinguis, sempre estàs a un pensament de canviar la teva vida»*. I és cert. El canvi pot venir per una paraula, per una acció o simplement per una reflexió davant d'una rentadora. És un clic. Un instant en el que t'adones, de sobte, que *«la vida no està per empènyer-la, sinó per disfrutar-la»*. Ho acceptes i comences a actuar en conseqüència. Vivint més, respirant més profund i sobretot, deixant que moltes més coses et deixin sense respiració. Perquè són aquestes les que acabes recordant sempre.

Per això, quan passeges per iniciatives com el Somiatruites, un mercat d'art i d'artistes (quant potencial!); quan recuperes un film com *Olvídate de mí*, quan rellegeixes llibres com *El petit príncep* o t'endinses en la música de Leonard Cohen, quan guanyes una tarda pintant mentre el sol et toca a la cara o quan balles i deixes que la música et sacsegi? t'adones com el canvi va filtrant-se dins teu. I no és una qüestió mística, sinó? d'actitud. I és l'actitud el que fa que transformis la visió única de mirar hores i hores centrifugar una rentadora en l'acció de moure't i convertir la rentadora en un univers de petites peces de colors, com un trencaclosques? El desenfocament segueix existint, i segueix sent important? ,però tu mateix et fas un lloc prioritari en el teu propi univers.

No tinc un remei màgic per desocupar el cervell de pensaments únics i? repeteixo, alguna idea? Però sí que sé quin és el camí. El primer pas per deixar de mirar la rentadora és simple (com hauríem de fer que fos tot): voler-ho fer.