

La vida ens mou

"O te mueves o caducas". Aquest va ser durant una època l'eslògan publicitari d'una coneguda marca de begudes gasoses. Els eslògans publicitaris solen estar pensats per generar una necessitat en el client, per fer que determinats productes o "experiències" esdevinguin vitals i imprescindibles a les nostres vides. Però, per altra banda, enmig de la banalitat d'algunes frases típiques i tòpiques, un pot trobar esclatxes d'una profunditat absorbent. Si un para i inspira, s'escolta ressonar l'eslògan molt a dins, s'adona que és molt de veritat. Que hi ha molt de cert en el fet que si no et mous, caduques. Que si no viatges, llegeixes, escrius, t'apassiones i et deixes enamorar... el cos se t'encarcara i l'ànima se't panseix. Que com menys somies menys recordes com fer-ho. I que com menys se t'accelera el cor, més opcions tens que se't pari.

Per a molts la vida és dansa. L'art del moviment en la seva essència més pura. Cada punt del nostre cos pren consciència i moviment en un art mil·lenari que ensenya a connectar el cos amb la ment i, sobretot, amb l'ànima. Figures com Merce Cunningham o Pina Bausch ens descobreixen que la dansa té una dimensió estètica; però, sobretot, que és un llenguatge expressiu de valor incalculable. Quantes vegades hem identificat la ràbia, el dolor o la passió en una coreografia? I quantes altres vegades ens hi hem identificat i ens les hem notat com si fossin nostres? A flor de pell, la transferència d'emocions ha resultat un ritual místic.

Per a d'altres la vida és música. El moviment de les notes, d'agudes a greus acaben construint, com peces Lego, les bandes sonores de les nostres vides. Ens connecten a situacions, llocs, persones..., amb nostàlgia, alegria o tristor. Cada un hi identifiquem la nostra història, sent conscients que ja en deu tenir una d'origen, que desconexem, però imaginem i readaptem. La música ens fa ballar el cos, però sobretot la ment.

La vida, per a molts, es podria sintetitzar en poesia i literatura. Un ball de lletres. Un teclat que no para quiet i que executa les idees. De la ment al paper en dècimes de segon. Pensar-ho i escriure-ho. Pensaments fugaços que es transformen en eterns, com l'amor en els poemes de Benedetti. I que, en molts casos, acaben movent-se de ment en ment. Transferència de coneixement que a vegades arriba fins a la gran pantalla. Idees transformades en fotogrames. A on hi ha més moviment que al cinema? Un art que et fa viatjar a qualsevol punt de la geografia sense aixecar-te del sofà i que, a més, t'apropa a realitats que, segurament, mai podràs presenciar d'una altra manera.

La vida pot ser viatjar. Al llibre "Eat pray love" de l'escriptora Liz Gilbert, la protagonista viatja físicament a Itàlia, Índia i Bali en una descoberta cultural enriquidora, però sobretot en un despertar interior que la fa més rica. Una recerca del plaer a través del menjar, l'espiritualitat i l'amor. Prenent consciència que el viatge més llarg que un pot fer és aquell que neix i mor en un mateix. Quan viatges, i no només amb avió, la teva estructura mental s'estira i s'estira com un xiclet de maduixa.

L'ésser humà és una espècie que necessita el moviment, en totes les formes imaginables, per sobreviure. "Moving", que diria Macaco. I no és un moviment entès com a exercici físic, que també és saludable, és clar. El moviment que es fa imprescindible és aquell que et fa despertar, que et reconnecta i t'activa alguna part del teu cervell que ni sabies que existia. Com amb la dansa, que et fa exercitar punts de la teva estructura psíquica que estaven endormiscats. Hivernant. El moviment que l'ésser humà necessita és aquell que el fa sentir viu. Aquella adrenalina que te'n demana més i més. Com més et mous més necessites moure't. L'horitzó, el límit de les nostres possibilitats, és simplement una línia fina que difumina el cel i el mar, i que ni tan sols sabem com arribar-hi. No el podem tocar, potser ni tan sols existeix. No ens en fixem cap. Simplement movem-nos. El moviment és vida. És, tornant a pensar en la publicitat, com aquelles piles que duren i duren...

Per tant, sigui quina sigui la nostra situació, movem-nos: per fer-nos sentir, per fer-nos veure; però, sobretot, per fer-nos ésser més vius. Perquè si ens hi posem bé... la vida, en si, ja ens mou.