

Saber estar sol

À

La raça humana té la gran peculiaritat de desitjar sempre allò que no es té, de fantasiejar amb el que podríem haver aconseguit o d'imaginar què hauria passat si haguéssim triat diferent en els mil-i-un "i si..." que ens apareixen al llarg de la vida.

Quan som solters voldríem tenir parella i quan l'aconseguim, somniem amb algun moment (com a mínim) de solteria; ens encanta tenir fills, i quan arriben (i es queden) desitgem (discretament i en veu baixa) que algú se'ls emporti una estoneta.

Els manuals especialitzats proposen un gran ventall de directrius que ens encarrilen pel tortuós camí cap a la felicitat, però es posen d'acord en un esglao fonamental: per poder ser feliç en companyia, primer s'ha de saber estar sol. I això, que podria semblar tan simple i evident, de vegades no ho és tant.

Per què tot i viure en una societat atapeïda de gent, tot sovint ens sentim sols? Per què tot i tenir infinites vies de comunicació no ens comuniquem adequadament? Per què comptabilitzem 553 amics al Facebook, però no trobem amb qui sortir a sopar el dissabte a la nit?

Hem d'assumir que la societat actual ens porta cap una independència (i no parlo de la república catalana) on el contacte és cada vegada menys humà (entengui's humà com el contacte directe, de persona a persona). Les feines són més autònomes, telemàtiques i distants i, per tant, les persones també ens tornem més autònomes, telemàtiques i, en certa manera, distants.

Per tant, és molt important saber estar sols. I no hi estem acostumats. Vivim rodejats de persones i quan ens quedem sols (per una o altra raó) ens agafa en calces. I ja no parlo només de les solituds greus no desitjades (una separació de parella, una mort...) sinó d'aquells petits moments (com el dissabte a la nit o el terrible diumenge a la tarda), quan, de manera excepcional, aquells amb qui compartim les nostres petites rutines diàries han desaparegut momentàniament.

La solitud ens fa por. No ho veiem com una oportunitat per gaudir d'un mateix, sinó com una desgràcia o un càstig social. I quan arriben aquests moments inesperats no sabem com aprofitar-los, ens mortifiquem pensant en les mil-i-una coses que podríem estar fent amb els altres i no se'ns acudeixen les mil-i-una coses que podríem estar fent en solitari.

És per això que cal entrenar-se i prendre's uns dies, unes hores o uns moments (en funció de la disponibilitat de cadascú) i oblidar la feina, descansar de la família i dedicar-se a fer allò que agrada de fer i que normalment no es té temps de fer, que pot ser simplement no fer res.

Està molt bé tenir companyia, però, com deia aquell manual d'autoajuda, el cafè, de tant en tant, te l'has de saber prendre amb tu mateix.