

Paciència per assumir la vida



Amb la crisi de Rodalies d'aquest 2007 s'ha posat de manifest que tenim paciència però que sovint l'entendem com a resignació, com "aguantar-se". Aquest és el pretext per recuperar l'autèntic esperit del valor de la paciència.

L'ACUDIT. Faro





Maria Coll



La paciència, valor mo

Raimon Ribera


Molts pares i mestres per aquestes darreres festes deuen haver demanat -en allò que no es detalla a la llista als Reis- sacs sencers de paciència. Un valor que no només falta en aquests dos col·lectius: tan sols cal observar quants segons triguen a sonar les primeres botzines en un embús de trànsit o les queixes que provoquen les cues a les caixes d'un supermercat. A més, la paciència i la resignació que han protagonitzat durant l'any els usuaris de Renfe ens van animar a dedicar un número de la revista a aquest valor. Teníem preguntes per resoldre: Com diferenciem paciència de resignació? Hi ha un límit per la paciència? Hi ha formes efectives d'educar en la paciència? A la recerca de les respostes ens ajuden el filòsof, economista i professor d'ESADE Raimon Ribera, que introdueix el bloc. Després el jesuïta Antoni Tortras ens aprofundeix en els aspectes profunds d'aquest valor, el qual defineix com "un assumir-se a un mateix en situacions en què es topen els límits propis". Complementen el monogràfic articles de la doctora en resolució de conflictes Marta Buguet, de la psicòloga infantil i juvenil Anna Brun, del periodista Francesc Ponsa i dels professors Jordi Busquets i Lluís Vidal. Molta paciència, doncs, per llegir el que segueix. ■

Maria Coll, codirectora de *Valors*

Hi ha valors amb un aire d'humilitat, de senzillesa. Valors que no aixequen grans passions ni entusiasmes. Valors que s'assemblen una mica a modestes eines de camperol, de fuster. Que semblen lligar poc amb l'ambient *fashion* o de *glamour* que sembla imperar avui en dia en l'imaginari col·lectiu conformat pels mitjans de comunicació i, més encara, per la publicitat. Són com valors d'una altra època, d'un altre món ja periclitat, un món agrari on calia esperar que les collites maduressin, on les estacions marcaven el ritme.

La paciència, la capacitat d'esperar sense neguitejar-se, i els seus amics la serenitat, la persistència, la tenacitat, pertanyen a aquesta colla de valors modestos. Semblen associats amb la lenta discreció de la vida monàstica, amb l'*ora et labora* regular i persistent dels benedictins. O amb la discreta tasca dels mestres rurals. I amb la ja esmentada manera de fer del pagès, o amb la de l'artesà. El món actual viu d'immediatesa, les notícies només ho són 24 hores, la feina es fa contrarellotge, i l'oci també; tot va de pressa, sempre falta temps...

Però com podrem viure sense paciència? Els ritmes còsmics i els ritmes biològics no es poden accelerar. Les coses bàsiques necessiten el seu temps per madurar. El cos humà no pot créixer a un ritme diferent del que li marca la natura que l'ha originat. La ment necessita conreu, anar-se nodrint amb regularitat: no podem aprendre en un any el que abans s'aprenia en cinc. Les relacions personals també demanen temps: accelerar-

 **"La paciència és la capacitat d'esperar sense neguitejar-se"**

les és sovint destruir-les, encara que en un primer moment no ho sembli. I el cultiu de la pròpia interioritat, la maduració de la personalitat, l'ampliació de la sensibilitat, el treball de les emocions, l'aquietament del diàleg interior, l'obertura a allò que depassa el coneixement racional, tot això no es pot fer d'un dia per l'altre, no es pot fer de cop. Sense paciència, res d'això és assolible.

No és fàcil, la paciència. És ben humà impacientar-se, voler resultats immediats. Per operar, la paciència ha d'establir sovint una aliança amb la confiança. Si estem convençuts que quelcom acabarà esdevenint, podem ser pacients. Si dubtem, obrim la porta al neguit. I sovint dubtem. Dubtem del futur, de la possibilitat de millorar, d'obrir nous horitzons, d'experimentar novetat. Dubtem de la capacitat de la societat per funcionar bé, per oferir-nos entorns humanament acollidors, per proposar-nos projectes vitalment estimulants. Dubtem dels qui tenim a prop, dels qui estimem. Dubtem de la possibilitat de superar una malaltia, o un estat d'ànim desolat. Dubtem de nosaltres mateixos, de la nostra consistència, de la nostra fermesa.

Redescobrim, doncs, la paciència. Valorem-

definicions

Paciència

[s. XII; del ll. *patientia*, id.]

f 1 A Virtut o qualitat del qui sap suportar sense pertorbació de l'ànim els infortunis, les ofenses i els treballs. *Armar-se de paciència. Perdre la paciència. Tenir paciència. Prendre's alguna cosa amb paciència.*

B Qualitat del qui suporta amb calma l'espera d'una cosa que triga, la durada d'un treball.

2 Virtut cristiana oposada a la ira.

Extret de *Gran diccionari de la Llengua*. www.grec.net.

"Per operar, la paciència ha d'establir una aliança amb la confiança"

la. És la nostra gran aliada per afrontar el pas del temps, per superar els moments difícils, per entomar l'inesperat que ens desconcerta, per assumir el dolor. Incorporem-la a les nostres vides, a la nostra manera de ser. Ens ajuda a viure dignament, humanament. ■

Raimon Ribera (Barcelona, 1951) és llicenciat en econòmiques i filosofia. Ha compaginat feines prou diverses amb l'interès pel fet religiós, del que són fruit els llibrets "Religió i religions" (La Magrana, 1995) i "El diàleg interreligiós" (Fragmenta, 2007). És professor d'ESADE. raimon.ribera@esade.edu

EDITORIAL

Una paciència elaborada

Els catalans hem patit durant el 2007 l'anomenada crisi de les infraestructures amb problemes constants en diversos àmbits, però sobretot a la xarxa de Rodalies de Renfe, arran dels seus retards i problemes diversos que no cal ara recordar. En general, la reacció dels usuaris ha estat pacient; pràcticament ningú ha emprès accions violentes davant el cos viscut en dies diversos. La majoria s'han resignat a esperar que el servei es restablís quan més aviat millor i en aquest sentit cal dir que els "patidors" han tingut molta paciència. Ens preguntàvem, però, si aquesta paciència expressada per molts ciutadans és un valor positiu. Amb si, en situacions com aquestes, és correcte aguantar-se i prou. Òbviament cal celebrar el civisme de la gent, però la nostra sensació és que sovint el màxim que entenem per paciència és això: aguantar-nos. I que cal superar-ho. Per això dediquem aquest número de *Valors* a parlar de la paciència, de com superar aquest resignar-nos i elaborar una paciència més profunda, que es concreta en assumir-se a un mateix -i per tant també els altres- acceptant els nostres límits mentals, físics i relacionals. Altrament, ser incapaç d'assumir aquestes limitacions ens genera una gran frustració. A banda d'això, cal reivindicar la paciència davant la creença que en el nostre sistema capitalista qualsevol desig pot ser consumat mitjançant diners, poder o influència. Contradiant el poeta, ens cal algú que ens digui que no tot és possible i encara menys quan nosaltres ho volem, només per desitjar-ho. ■

[No tot és possible i encara menys quan nosaltres ho volem, només per desitjar-ho]

L'ORIGEN DELS MOTS | JOAN BARON

Paciència

La paraula paciència va ser introduïda a la llengua catalana ja al segle XII a partir de l'evolució del mot llatí *patientia*, que prové del grec *páthos*. Aquest mateix origen hel·lènic dóna lloc a paraules com apatia, simpatia, antipatia, patetisme, telepatia, neuropatia i una llarga llista de mots relacionats amb el concepte antic del sofriment i la malaltia corporal o espiritual. La concepció d'aquesta idea varia substancialment segons el context i pot aparèixer com a sinònim de longanimitat, resignació, conformitat, mansuetud, endurança,

aguant i fortalesa.

La llengua popular recull un bon nombre de dites i frases fetes que intenten equilibrar les disparitats entre els límits de la paciència i els resultats que aquesta pot donar. Expressions com "la paciència és la mare de la ciència", "la paciència era verda i se la va menjar un ruc" o "el gust és meu i la paciència és vostra" són algunes mostres d'aquest fet.

Al llarg de la història han estat moltes les personalitats que s'han referit a aquest desajustament entre l'espera i la recompensa, amb frases tan conegudes com "la paciència és un arbre amarg, però el seus fruits són dolços" de Pablo Neruda o "la paciència és la fortalesa del dèbil i la impaciència, la debilitat del fort" de Benjamin Franklin, entre altres. ■

"La paciència t'ajudarà més eficaç en el que

El jesuïta Antoni Tortras situa el concepte de la paciència com un valor actiu, allunyat de la resignació i la passivitat, i que cal treballar amb perseverança a partir del propi coneixement.

PER JOAN SALICRÚ


Com defineix el valor de la paciència?

Crec que la paciència és un assumir-se a un mateix en situacions en què es topen els límits propis: quan fallen forces físiques, psíquiques, relacionals... assumir-se a un mateix però a fons.

I fer-ho amb perseverança. Parteixo de la paciència com una cosa positiva, és clar: que ens dona fortalesa, riquesa, vida...

Però en canvi percebem la paciència com una cosa passiva, negativa, repressora d'un mateix... Li hauríem de canviar el nom, a la paciència, perquè no ens remetés a aquestes idees?

No sé si caldria canviar-li el nom, però el que segur que cal és recuperar el sentit autèntic del valor. Per exemple: jo diferenciaria entre una paciència que en podríem dir de superfície i una paciència de fons, serena. Sant Francesc d'Assís té una pàgina on diu que l'alegria és que si va a un convent, truca a la porta i no l'obren sigui capaç d'assumir això amb paciència. Diu que aquí està la veritable alegria. Això només es pot assumir si hi ha una paciència profunda, una gran serenor.

 **"Hi ha una paciència de superfície i una paciència profunda, de fons, serena"**

La paciència no l'hem de veure com una cosa passiva, com un aguantar-se, ve a dir vostè...

No, exacte, la paciència l'hem de veure com una cosa activa, perquè si som pacients i entrem dins nosaltres mateixos ens n'adonarem que hi ha un plus, dins nostre. Expressat en termes filosòfics: descobrim l'absolut captant la contingència pròpia. Descobreixo, capto, un sentit profund, una certa llum, una força... En tot cas si entenem la paciència com una cosa passiva ha de ser en un sentit positiu, perquè de fet tot allò passiu -si s'assumeix convenientment- pot ser positiu.

Tot això des d'un punt de vista teòric està molt bé, però després del que ha passat els darrers mesos amb els trens de Rodalies de Renfe... l'últim que els podem demanar als usuaris és que siguin pacients de forma activa. Com a molt ara ja estan resignats.

Bé, però aquí hi ha dues coses: es pot reclamar als usuaris que siguin pacients amb la persona que tenen al costat si li agafa un atac de nervis però amb Renfe no cal ser-ho, de pacient. Això seria conformisme, que no és el mateix que paciència. De la paciència de la qual jo parlo n'ha de brollar positivitat, sinó no és paciència. Respecte Renfe, en tant que és una cosa extrínseca, que ve de fora de la persona, no tinc perquè tenir-hi paciència. En canvi amb la persona que tinc al costat que té el fill malalt i està nerviós... amb aquest sí que he de ser pacient. He de tenir empatia, tenir *pathos* [paraula grega que pot voler dir sentiment, patiment] amb la seva situació, ajudar-lo.

Però en situacions com aquestes ja és molt si un mateix no agafa un atac de nervis...

Bé, el que seria desitjable és que fins i tot perdent el tren jo pogués mantenir una certa pau, en la mateixa línia del que deïem de l'alegria i Sant Francesc d'Assís. Si puc assumir internament que perdo el tren en pau, hi guanyo més que no pas agafant un atac de nervis.

Però la frontera entre "assumir que perdo el tren" i resignar-se és molt prima. Hi ha el perill que

à a ser facis"

aquesta assumpció acabi sent una resignació...

Sí, però torno al què deia abans. Jo puc ser pacient amb mi i assumir el patiment, però no puc admetre veure que els altres pateixin. Esta és la diferència amb la resignació. He d'actuar, fer gestions, fer passos, fer constar que això no funciona... tot el que es pugui. Amb la paciència no n'hi ha prou, però la paciència m'ajudarà a ser més eficaç en el que faci. La primera reacció davant el problema de Renfe pot ser: cremem els trens! Doncs la paciència t'ajuda a tenir una reacció no purament impulsiva sinó eficaç. Per exemple: consultar un expert que m'expliqui què fer davant aquesta situació, un advocat. Aquest professional ha de ser pacient i prudent i alhora resoltiu. En aquest cas la paciència i la prudència portaran més eficàcia que la pura impaciència. A més, si t'hi pares a pensar, segurament deu ser més perillós la persona que es posa a pensar com reaccionar que no la que vol cremar el tren. En primer terme potser pot semblar que no, però a llarg termini sí.

Molt bé, crec que estem situats. Però com ho podem fer per arribar a aquest estadi de paciència?

"Pot ser que en general no siguis pacient però segur que en una petita part sí que pots"

Assumint aquest 'tocar fons' amb perseverança, assumint-ho de veritat. Perquè si ho fas te n'adonaràs que en el fons teu no hi ha el no res sinó que descobreixes que sí que hi ha una cosa potent...

Si fas l'esforç te n'adonaràs que val la pena fer l'exercici.

Sí, perquè si aconsegueixes aquesta paciència és quan brolla tot: el sentit, la vida, la força... Aquí el parany pot ser pensar: "Com que és poca cosa, el que veig dins meu, deixem-ho córrer, no val la pena!". Això seria falta de perseverança. Si som constants, perseverants, allò que al començament pot semblar que només brolli una mica es pot convertir en un doll d'aigua.

Vol dir que la gent no té paciència amb si mateixa perquè té por de trobar-se amb poca cosa dins seu? O sigui que no és que no en sàpiga, de ser pacient, és que no ho fa perquè no s'atreveix?

Just, és això. Jo diria que la gent desconfia del que hi ha dins seu.

La gent, en canvi, assegura que no se'n surt, diu que intenta ser pacient i que no pot.

Perquè els cal perseverança en cultivar aquesta paciència. Pot ser cert que en general no puguis ser pacient però segur que en una petita part sí que pots ser-ne. Doncs es tracta d'agafar aquesta cosa mínima i perseverar en ella.

Parlem de com arribar a la paciència. Com es pot treballar?

Buscant àmbits de pau personal i familiar sortint pel pur enrenou, del pur bombardeig extern, contemplant un quadre

perfil

Antoni Tortras (Barcelona, 1936) va estudiar als Jesuïtes de Sarrià, el seu barri natal, on va formar part de les Congregacions Marianes. Després del fer el noviciat, finalment va entrar a l'ordre de la Companyia de Jesús el 1972. A banda de diverses estades a Roma, s'ha dedicat a la docència ensenyant Teologia a Sant Cugat del Vallès i des de fa una vintena d'anys es dedica a l'acompanyament espiritual de diverses persones. J. S. ■

"Per tenir paciència cal estimar-se tal com s'és, i així tenir un punt de partida del qual sortir"

en una exposició, escoltant música, llegint poesia o bona literatura, fent exercici, tenint contacte amb la natura... I sobretot estimant-se a un mateix, que ho donem per fet que ho fem però no és gaire cert. Estimar-se vol dir assumir-se tal com s'és, no per quedar-se aquí sinó com a punt de partida. I estimar-se necessita precisament molta paciència!

Vostè concep la paciència com un gran punt de partida a partir del qual poden brollar tota una sèrie de coses.

Sí, un punt de partida que no cal anar a buscar lluny ni en situacions òptimes sinó en els límits del dia a dia. És la gràcia de la paciència, que no s'ha de comprar [riu].

Pot ser que hi hagi algú que ens llegeixi i digui que no pot tenir moments de pau perquè treballa dotze hores el dia i té dos fills per cuidar.

Si aquests dos fills veuen el pare rabiós també estaran nequitosos. Ell que té dos fills ho hauria de fer més que ningú. Tenir fills implica cultivar la paciència. Perquè si el pare és impacient els fills també ho seran.

Més enllà de tenir paciència amb nosaltres mateixos ens costa també tenir paciència amb el què ens envolta: esperar l'hora d'un dinar, que passi el bus, que ens arribi una trucada...

Tornem aquí a la diferenciació entre allò intern i extern. Hi ha el temps cronològic, el que usa el rellotge, i el temps personal, intern, que és diferent del cronològic. En cada situació és important sintonitzar amb el temps personal procurant que s'acosti quan calgui amb el cronològic, però quan no es pot no és bo forçar-ho.

Creu que ens manca molta paciència, a la nostra societat?

Sí. Per tenir paciència cal entrar en un mateix i la societat nostra està muntada de tal manera que cadascú no entri cap a si mateix. Tot és cap enfora, començant per la televisió i els anuncis. Sembla que es pretengui que un no entri en si mateix. A la gent se la forma de manera que no sigui capaç d'entrar en si mateix, de manera que és superficial.

I creu que això cada cop va a més?

A nivell d'aparença sí però a nivell de realitat no. Me n'adono parlant amb persones que acompanyo espiritualment. Les persones són aptes per a aquesta fondària, però perquè això es pugui comunicar cal que hi hagi una situació adient.

I per què creu que cada vegada som més impacients?

No serà també perquè els mitjans de comunicació ens ajuden a ser impacients? Si mires la gent com observa la televisió veus que la pantalla va canviant constantment, és evident que la gent d'aquesta manera no pot entrar en si mateix. És més fàcil entrar en aquest ordre, del pur sentit extern, que en el de la fondària. Això ens porta a una societat de baix to vital.

Què creu que és més difícil, ser pacient amb nosaltres mateixos o amb els altres?

Amb nosaltres mateixos. És que de fet només si sóc pacient amb mi podré ser pacient amb l'altre. La impaciència es té amb un mateix, fonamentalment. Per això deia que si un és pacient amb si mateix és capaç d'ajudar per dintre a l'altra. Perquè ha tocat un fons, i al tocar fons, percep també l'altre i veu que són semblants. En canvi si un no toca fons a si mateix l'altre li sembla que fa bestieses. Assumint-se a si mateix un és més capaç d'ajudar l'altre.

La paciència, doncs, és un valor a treballar a llarg termini.

Sí, amb valors com la força segurament no cal, treballar tant a llarg termini. Però amb la paciència sí. És un procés a llarg termini, de tota la vida. De fet no és la mort l'últim acte de paciència?

Acabem amb una cosa que vostè insinuava fa estona. Vostè deia que aquesta paciència ens porta a un coneixement de nosaltres mateixos que ens fa descobrir la transcendència.

Sí. Assumint-se a fons un descobreix que a dins no hi ha el No-res, que no estem buits. Descobreix en el fons de si una certa transcendència, un més. Des de l'àmbit de la fe, seria Déu present. En àmbit de la filosofia es pot parlar de transcendència. Es tracta d'una transcendència que em remet als altres, que em posa en comunicació amb els altres, i això és important, perquè els altres també es troben amb aquesta presència dels límits. Podríem dir que en els límits s'experimenta també la comunicació. El meu límit assumit de debò em posa amb comunicació amb el límit d'un altre que també està en aquesta situació, de manera que entrariem amb una relació de comunió, de sintonia, d'empatia... Si hi ha hagut aquesta elaboració de la paciència, quan ens trobem amb una altra persona que ha quedat atrapada en un caos de Renfe -un límit material- la comprenem millor i simpatitzem, es crea una sintonia. ■

 "Assumint-se a fons un descobreix que a dins no hi ha el No-res, que no estem buits"



SABIES QUE... |
NICOLAU GUANYABENS

el promotor de la Sagrada Família era un llibreter mediàtic?

La gènesi de l'edifici centenari, inacabat i més visitat de tot Barcelona començà molt abans que Gaudí entrés en el projecte. El genial arquitecte no va elegir el tema de la Sagrada Família i no va intervenir en les primeres fases de la construcció. De fet, quan ell va assumir la direcció de l'obra, el 1883, la primera pedra ja estava col·locada des de l'any anterior i es treballava sobre una idea constructiva que venia de més de vint anys enrera.

Tot havia arrencat l'any 1861 quan Josep Maria Bocabella, propietari de l'editorial i llibreria Hereus de la Vídua Pla, de Barcelona, de tornada de Roma, va decidir dedicar les seves activitats a fomentar el culte a Sant Josep i a promoure els valors de la família cristiana, que veia amenaçats. Regentava una antiga i potent llibreria, amb seu al carrer Princesa, que feia negoci amb la producció i venda de tota mena de paper en el creixent mercat religiós.

Bocabella va esdevenir un veritable magnat de la comunicació religiosa. L'any 1866 va fundar l'Associació Espiritual de Devots de Sant Josep, que va aconseguir sis cents mil associats, els "josefins". El mateix any va engegar la revista *El propagador de la devoción a San José*, amb una tirada de 25.000 exemplars. També va crear els tallers de Sant Josep per a obrers i aprenents.

Una empresa tan ben travada li proporcionà la base financera adequada per reorientar-la en una direcció ambiciosa: construir a Barcelona un temple de grans dimensions en honor de la Sagrada Família que es convertís en un veritable punt de trobada devocional.

A Roma corrien aires reaccionaris i Bocabella s'apuntà a defensar la fe catòlica contra l'ateisme, el liberalisme, el materialisme, el socialisme i l'anarquisme que acompanyaven la revolució industrial que tot ho trasbalsava. L'èxit de la iniciativa de Bocabella tenia relació també amb el fet que Roma, just aquells anys, declarà Sant Josep patriarca de l'Església Universal, primer, i patró de l'Església Catòlica, després. Per als josefins, exaltar la figura del pare de Jesús significava trobar un sant me-

"Es volia construir un temple que fos un punt de trobada devocional"

"El 1866 Bocabella va esdevenir un veritable magnat de la comunicació"

diador entre el Déu ofès i la humanitat pecadora. Vet aquí la intenció expiatòria del temple: construir-lo amb l'ajuda de tothom per reparar les ofenses que rebia l'Es-glésia, provinents de la modernitat.

El pobre Josep era el sant feble a causa, ja ho sabem, del seu paper poc brillant en la paternitat de Jesús. Secularment ofès pels comentaris i les burles dels ambients anticlericals, era el mediador ideal: restituir el seu honor i alçar la seva figura era restituir, així mateix, la dignitat de l'Església.

A canvi d'elevats donatius, Bocabella aconseguí de Roma que li enviessin relíquies de sants per poder construir el temple expiatori més gran del món. La cúria local i les autoritats civils van fer planer el camí perquè, l'any 1881, l'home pogués comprar una illa de la futura eixampla barcelonina, per la suma de 172.000 pessetes. Projectà l'obra l'arquitecte Francesc de Paula del Villar, però quan feia un any de la primera pedra, va renunciar a causa de desavinences amb Joan Martorell, arquitecte també i mà dreta de Bocabella. I aquí és quan entrà Antoni Gaudí, un jove de trenta-un anys, fillol de Martorell. El xicot va modificar el projecte primitiu. De tots és conegut l'abast de l'obra que ha esdevingut, amb les dècades, una de les aventures artístiques més apassionants d'aquest planeta. Una aventura que va trencar totes les previsions del mateix Bocabella, el promotor de l'invent, que des de fa cent quinze anys s'ho està mirant tot des del cel. ■





Els límits de la paciència

Anna Brun

Avui en dia, les presses, la feina, el consumisme, els avanços tecnològics, les hipoteques, els préstecs... són aspectes que ens van limitant i no ens deixen cultivar la paciència. Volem alguna cosa i la tenim al moment. Si no pot ser així busquem la via més ràpida d'aconseguir-la.

Volem satisfer les nostres necessitats al moment, sense preveure les conseqüències a llarg termini. Sense ser conscients que les coses que ens donen una satisfacció immediata, no solen beneficiar-nos a la llarga. Compres compulsives, menjar en excés o capritxosament, l'abús de drogues, jocs o les relacions a través d'internet...; la satisfacció inicial és tan gran que la majoria ens deixem portar per alguna d'elles. Després venen les conseqüències: no arribar a finals de mes, problemes de salut, problemes de convivència amb la família i els que ens envolten... Per no parlar del malestar interior posterior que genera: la mala consciència que acaba afectant l'autoestima.

Dia rere dia ens deixem portar per aquest corrent sense aturar-nos a pensar on podem anar a parar.

Des de l'educació dels fills, passant per la convivència amb la parella i els companys de feina, fins a la cura dels malalts i gent gran que ens envolta, tot comporta grans dosis de paciència. Són situacions i persones que mai es presenten exactament igual a com les havíem imaginat o voldríem. Per tant, cal acceptar la situació que ens ve donada. Cal ser tolerants amb la diferència. Això ens ajudarà a ser pacients.

Com aconseguir ser tolerants? Totes les persones tenim qualitats i defectes. Si ens fixem només en els defectes de l'altre, això ens anirà despertant una ira que ens farà ser impacients i intolerants. Si, pel contrari, som capaços de fixar-nos en els aspectes positius i valorar aquelles qualitats que ens complementen, podrem exercir la crítica des del reconeixement i això facilitarà el canvi i el camí cap al canvi de forma més pacient.

Suportar en calma no vol dir esperar que per sí sola vingui. Qui pretén alguna cosa cal que treballi per aconseguir-la. Ser

"Suportar en calma una cosa no vol dir esperar que per sí sola vingui"

pacient implica suportar la constància i l'esforç vers l'objectiu proposat, si no caurem en la desesperació.

Cal ser pacient amb tot? No. Amb la intolerància o la mala educació no es pot ser pacient. Quan rebem manca de respecte o agressions cap als nostres iguals, no podem restar quiets esperant que canviïn. Quan no fem res per canviar la situació estem potenciant els hàbits incorrectes, la mala educació i la intolerància. Això no vol dir que haguem de respondre amb ira i mala educació, ja que ens estaríem posant a la mateixa alçada, sinó que cal fer saber a l'altre de forma correcta –amb bones paraules i to calmat– el nostre desacord amb la seva actitud.

Es pot educar? Sí. Quan tenim petits a casa cal ensenyar-los perquè aprenguin a: cordar les sabates, cordar-se la bata, menjar sol, vestir-se, despullar-se, fer cal·ligrafia, preparar-se la cartera, practicar un esport, tocar un instrument... Són hàbits que requereixen paciència i constància i que cal anar treballant. Si desistim i deixem que abandonin o els ho fem nosaltres –per anar més ràpid o assegurar-nos que estarà ben fet– estarem avortant tota possibilitat de pujar infants autònoms i pacients. Per una banda, perquè deixaran d'esforçar-se vers l'objectiu proposat i aprendran a desistir, buscant solucions ràpides i poc efectives. Per altra, perquè el model que transmetarem serà aquest: el de la impaciència i la inconstància.

El dia a dia ens posa a prova amb constants reptes per potenciar la nostra paciència: l'acceptació d'un mateix, l'acceptació de la parella, l'educació dels fills, la cura de la gent gran, la convivència amb la gent de la feina, amb la gent amb qui interactuem cada dia. Hem de fer l'esforç de ser pacients si volem que els altres ho siguin amb nosaltres. Si tenim present l'objectiu i tenim clar com aconseguir-lo, només cal constància i esforç. ■

Anna Brun és psicòloga infantil i juvenil

"Cal ser pacient amb tot? Amb la intolerància o la mala educació no es pot ser pacient"

MÚSICA RELACIONADA

Una peça de setze minuts

El valor de la paciència i el seu antònim, la impaciència, poden relacionar-se amb la música ben estretament. Hi ha composicions que ens produeixen una reacció d'impaciència al cap de pocs segons de començar-la a escoltar. No hi ha un estil musical concret que exemplifiqui impaciència. Ens en pot provocar impaciència una cançó de punk, de rap o bé una melodia barroca de J.S.Bach. Pel que fa a la paciència, tampoc podem classificar-la en un estil musical concret. Una peça que exemplifica per excel·lència aquest valor és *Le Boléro*, composta per Maurice Ravel l'any 1928. La peça, de més de 16 minuts de durada, repeteix compulsivament dues cèl·lules rítmiques en Do Major interpretades per l'orquestra en ple que va creixent amb timbre i intensitat fins que la peça acaba d'una manera impactant poc després de canviar al to de Mi Major. Quina paciència cal tenir per descobrir la sorpresa final!

Maurice Ravel (1875-1937) davant el seu piano.



Una altra de les peces que ens ajuda a cultivar aquest valor és *Stairway to heaven*, escrita pel grup de rock dur Led Zepelin l'any 1971. Aquesta cançó, de més de 8 minuts de duració, té tres parts ben diferenciades que es desenvolupen magistralment per arribar a un trepidant clímax. Finalment, es torna a repetir el melangiós inici. Històricament va ser una de les primeres cançons del món del Rock que no durava els típics tres minuts. Ser pacient quan escoltem música ens permet experimentar sensacions sorprenents. MARIA SALICRÚ-MALTAS ■

el testimoni

La paciència del pessebrista

Enric Gómez, 45 anys, administratiu, està casat i té de fills. És membre de l'Associació de pessebristes de Mataró i en el temps lliure fa maquetes i construccions a escala.

Què és per a tu la paciència?

Q Un repte. Sempre hi ha la incògnita de saber si allò que fas ho acabaràs, si al final sortirà bé. Amb les maquetes i els pessebres sempre penses en una idea, vas rumiant com la faràs, què hi trobaràs, si la muntaràs correctament. A mi em permet desconectar de la feina, és com una afició amb la que pots oblidar-te de la rutina. Disfrutes amb els amics, amb la gent amb què t'ho passes bé. Potser un dia treballes molt, d'altres ajudes la resta.

Quina és la recompensa a aquesta tasca tant esforçada?

Allò que compensa el temps invertit és el fet que vinguin a veure el teu treball, que et comentin si els ha agradat. Quan veus el resultat val la pena valorar les hores que has invertit. Et sents orgullós. Sempre, quan ho tornes a veure,



penses com ho modificaries i si ho faries diferent.

On dus a terme aquest passatemps?

Al poble, durant el temps lliure, m'agrada tenir un petit taller. A casa, en canvi, tot és petit i has de parar i desparar cada cop, recollir, etcètera. Tenir un espai per poder-t'hi dedicar seria ideal, hi podria invertir-hi més hores. El fet que allò que fas t'agradi és el que t'ajuda a tirar endavant. J. BARON ■



Cuinem conflictes a pressió o a foc lent?

Marta Burquet

Quan posem a coure el brou, tenim dues opcions ben clares: a foc lent, o bé amb l'olla a pressió. Algunes receptes aconsellen l'olla a pressió, sobretot a les mestresses de casa amb pluriocupació que han de fer compatibles els horaris laborals i els familiars. Personalment, dec ser antiquada, però prefereixo el foc lent. Ves què hi farem! El cas és que sempre he pensat que el resultat no és el mateix. Potser són manies meves. Però en certs aliments, allò que més cal és anar fent xup-xup ben a poc a poc. La qüestió és si tenim o no tenim temps.

El mal que sovint patim és la manca de temps, i per això recorrem als *fastfoods*. Si us fixeu bé, al supermercat sovintegen aquests tipus de productes, i són els més adquirits.

I així com els àpats cuinats a foc lent són més saborosos, les coses fetes a foc lent també van preparant-se millor. Fins i tot les persones formades, educades, impregnades d'alguna o altra disciplina o aptitud, si han pogut estar formades amb cura, al seu ritme, poc a poc... al cap dels anys això es nota en el seu desenvolupament.

És clar, això sí, si busquem el resultat immediat, apressem-nos a embotir les persones de coneixements, vivències i experiències que les nodreixin acceleradament, i n'obtidrem un resultat immediat, però... què voleu que us digui, desconfio d'aquests resultats perquè sóc partidària de les persones fetes, nodrides i alimentades –en tots els sentits– a foc lent. Així, mentre fan xup-xup ens podem meravellar amb la flair exquisida que desprenen, i podem degustar cada moment del seu creixement. Poden, també, anar-se nodrint al seu ritme, tot respectant les estacions de l'any que els són intrínseques.

Tant de bo no tinguem pressa en accelerar creixements, perquè, tard o d'hora, en repercutiran els fruits... fins i tot el mateix arbre que haurem fet brotar a base de químics i no pas de forma natural.

Així és com l'aposta pel foc lent reverteix també en l'àmbit dels conflictes. Us n'explicaré una història real, mantenint-ne, evidentment, l'anonimat –com s'escau en tots els afers relacionats amb la conflictologia:

Un alt càrrec de l'exèrcit d'un país recentment en conflicte, després de grans massacres adreçades a la població del seu país, quan la treva fou declarada, va desplaçar-se a viure sol al



"Al cap de sis o set postes de sol, el militar va acceptar baixar a parlar amb els ciutadans"

cimal d'una gran muntanya. Mentre la ciutadania mirava de reconstruir la població dividida, apaivagar els ressentiments incentivats... mediadors i polítics feien mans i mànigues en aquest treball artesanal. Fou així com el mediador escollit per dialogar entre l'alt càrrec de l'exèrcit i la població agredida va anar a visitar-lo al cim de la muntanya. En una primera conversa –coneixedor com era el mediador de la pacient tasca que convé per tractar aquests tipus de conflictes, i coneixedor alhora dels trets culturals d'un país com aquest, de tradició oriental-, s'hi va atansar en un to relaxat, tot parlant del temps, dels cultius que aquest militar tenia vora la casa, interessant-se per les seves actuals tasques agrícoles... mentre prenién plegats un te. La trobada va cloure en un to cordial, posposant una nova cita per un mes després. Així, mediador i militar, varen quedar cinc o sis cops per conversar plegats, en el transcurs de cinc o sis mesos, mentre un i altre anaven teixint una xarxa travada per la confiança mútua.

Heus així com al cap de sis o set tes compartits, de sis o set postes de sol contemplades plegats, el militar va acceptar la proposta de baixar al poblat a parlar amb els ciutadans en un diàleg amb finalitats medidores. En trobar-se amb la població, el militar va voler manifestar que havia acceptat aquesta trobada només per un motiu: per la confiança que li havia merescut el mediador en qüestió.

Un mediador que havia dedicat temps i paciència, un militar que havia dipositat la seva confiança a base de temps i paciència. Heus aquí com la paciència, aquest *tempus* per a cuinar a foc lent, esdevé eina clau per a poder parlar dels conflictes, per posar-los damunt la taula un cop ja s'han produït. Com a virtut fruit de sentir i estar en pau davant les adversitats, des de la paciència la reacció no és pas impulsiva, reaccionària, ni tampoc passiva davant el patiment, sinó més aviat serena i ja amb la vista clara fóra d'ennuolaments que ens enterboleixen la vista davant els fets esdeinguts.

L'habilitat de saber esperar, en aquest conflicte esmentat, va ser clau en ambdues direccions. L'habilitat de saber que les



"La paciència, aquest 'tempus' per a cuinar a foc lent, esdevé eina clau per a parlar dels conflictes"



Imatge d'una posta de sol darrera una muntanya.

"Pacients per aquietar conflictes quan estan encesos, i pacients per prevenir-ne de nous"

coses no depenen només d'un i que cal donar-los-hi temps. L'habilitat de donar-nos temps a nosaltres mateixos per pair el que no hem paït, per a digerir el que no hem digerit, per no increpar l'altre des de la reacció impulsiva, i per no malhumorar-nos amb nosaltres mateixos quan esperàvem més del que donem, també des d'una postura de cuinar el conflicte a l'olla a pressió. El mateix Kant afirmava "la paciència és la fortalesa del dèbil, i la impaciència, la debilitat del fort".

Així doncs, pacients per aquietar conflictes quan el foc ja està encès, i alhora, pacients per prevenir-ne de nous perquè les preses no fan més que accelerar-nos de tal manera que no som conscients que ultratgem els altres i els trepitgem, perquè la nostra hiperactivitat i frivolitat ens impedeix percebre que hi havia algú a sota d'on em posat el peu.

En iniciar, doncs, aquest Any Europeu del Diàleg Intercultural, durant el qual se'ns convida a "promoure la convivència i la comprensió mútua, i destacar els beneficis de la diversitat cultural", sapiguem beneficiar-nos de la virtut de la paciència i del cuinar a foc lent, més propis de les societats orientals; sense que això suposi una passivitat sinó més aviat una mirada clara i serena havent aquietat les aigües remogudes. ■

Marta Burguet és doctora en Resolució de Conflictes



el racó poètic
PER ALBERT PERA

Inici de la vida

El lent acoblament dels cromosomes
afaiçona ara una existència nova.
¡Quin prodigi d'abast immensurable
més gran que l'harmonia dels planetes,
més que l'exacte rodament dels astres
que es mouen àgils pels espais celestes!
El germen va prenent humana forma
dins el líquid matern que l'embolcalla
i omple el volum d'un perfectíssim òval.
Li dona l'úter càlida acollida
i un lleu cordó és el vial que porta
oxigen i aliment per la creixença.
Feliç i protegit en una plàcida
foscor, en un plaent silenci,
ja arribarà el moment indescriptible
de fer-se pas i foradar les ombres;
el terrible moment convuls i còsmic
més gran que el llampurneig de les estrelles,
que la claror del sol encegador
i els enigmàtics canvis de la lluna.
El claustre maternal que deixa enrera
serà enyorat durant els anys que visqui,
l'impacte de la llum és com un trauma,
les veus fereixen les oïdes verges
i l'aire ofèn la pell fins ara intacta.
Armat d'una salut increbantable,
d'una força vital que no té límit
i un color rosa i bru de sana estampa,
el nou nascut s'expressa amb contundència:
un espinguet de plor vibrant declara
que ha començat la lluita per la vida.

Comentari de l'autor: Teresa d'Àvila ho tenia ben clar: "La paciència todo lo alcanza, sólo Dios basta." Hi ha la paciència per esperar la mort dels malalts terminals i la paciència - que només dura nou mesos- de la mare que espera el naixement del fill. Aquest poema, *Inici de Vida*, vol reflectir la segona alternativa. ■



Educant en la paciència

Jordi Busquet i Lluís Vidal

Potser per haver rebut una educació de fa uns anys de vegades ens preguntem com és que suportem aquesta vida tan fugitiva d'aparent acceleració contínua en la que no es veu el límit. Potser les generacions més joves ja han nascut semiacostumades a aquesta acceleració.

Recordem que el terme físic "acceleració" es defineix com la relació entre la velocitat i el temps i que, la velocitat a la seva vegada és la relació entre espai i temps. Per tant, sense temps no arribem a accelerar res. Cal temps per poder aconseguir qualsevol propòsit que busqui un pas endavant. Ni tan sols en el temps de la infància, el que passa més lentament podem dir que els joves d'avui hagin tingut un present calmat i durader.

El que sorprèn és que avui hi hagi persones que hem de preparar una classe, impartir-la, parlar amb pares, programar excursions, fer reflexions als alumnes, reunir-nos en claustres, controlar patis d'adolescents... i ho fem encara, essencialment com ho feien els nostres professors de fa anys, és a dir amb la mateixa lentitud, artesanía, paciència i pausa.

I no només això sinó que creiem que ens funciona i ens va bé. Com transmetre-ho a les generacions de joves que "apreten amb força"? Fent-los de referent i que vegin en nosaltres aquestes condicions. L'adolescent busca referents i a l'escola en troba sempre. La nostra "producció" és consumida -i fins i tot devorada- en cinquanta minuts de classe

que en un parell de dies passarà al cabàs d'allò que queda al record en el millor dels casos.

Una de les claus de la paciència és fer alguna cosa mentre esperem! Per tant, dues reflexions per als lectors:

-Què fem mentre esperem un tren que sabem que arribarà tard? I que no arriba, que no arriba i que no sabem quanta minuts més es demorarà? Sabem esperar "amb paciència"? Sabem pacientar-nos? La cultura o estil de vida de la immediatesa i del viure ràpid ens fa impacients, irremeiablement impacients. Cada cop costa més suportar una estona, unes hores, uns dies, etc. que hem de passar i que sabem que els hem de passar, tot i sabent que són o seran no del tot agradosos. Ens costa pacientar-nos en el temps del desconegut, del devenir incert o del procés dolorós. Si el lector reflexiona sobre això ho trobarà, certament, força obvi. El cas és que també podem trobar traces de despaciència o impaciència en l'espera d'allò agradable, dolç o que sabem que ens reportarà uns beneficis, a curt o a llarg termini. Sabem esperar estoicament immersos en una cua de trànsit a la carretera? Sabem esperar a tenir cobertura al telèfon mòbil en una situació urgent? Sabem esperar els resultats d'un examen, quan els resultats no els acaben de penjar mai? Sabem esperar el temps que triga un semàfor d'una gran avinguda a canviar de color? I el semàfor d'un carrer de menor trànsit on pràcticament no hi passa ningú?

PEL·LÍCULES RELACIONADES



Cinèfil pacient

Moltes vegades anar al cinema es converteix en un acte de paciència. Costa trobar aparcament, s'ha de fer cua per comprar l'entrada, només queden butaques a la fila dos, els diàlegs s'ofeguen entre els cruxir dels menjadors compulsius de crispetes. Pot ser que la pel·lícula es talli a mitja projecció, potser un nen es dedicarà a molestar tota l'estona, segurament una senyora comentarà la jugada...

"El cinèfil és, per definició, una persona pacient, que sap que l'espera val la pena"



'El silenci abans de Bach', del director barceloní Pere Portabella, estrenada recentment.

Diu el diccionari que la paciència és "la virtut o qualitat del qui sap suportar, sense pertorbació de l'ànim, els infortunis". Una persona pacient tendeix a desenvolupar una sensibilitat que li permet identificar els problemes, contrarietats, alegries, triomfs i fracassos i afrontar així la vida de manera optimista, tranquil·la i a la recerca d'harmonia. El

"Per arribar a collir alguna cosa, cal saber esperar i prendre i comprendre un temps"

-La paciència te l'ensenya, moltes vegades, la natura. La terra, quan és treballada, pot donar fruits, en pot donar molts o no donar-ne gens. Depèn de com i quan la sembris, de com i quan la reguis, de com i quan la treballis i la mantinguis, de com i quan la deixis respirar, depèn del temps extern (climatologia, contaminació, etc), depèn de tantes i tantes coses! I per arribar a collir alguna cosa, cal saber esperar, cal saber prendre i comprendre un temps que pot ser més o menys llarg. Sí, la paciència del pagès és realment admirable. És potser la que tots hauríem de fer-nos-la nostra en les diferents situacions de vida. La paciència del qui espera un fill i no sap com va creixent i formant-se al ventre de la mare, la paciència del malalt que no sap encara què té o que no acaba de curar-se, la paciència de l'aturat que no troba feina, la paciència del mestre que ha de suportar moltes pressions per part dels alumnes i pares, la paciència del qui prega a Déu o a alguna força suprema...

Per cert, d'això de la paciència en digué Ranier Maria Rilke: "Déu espera on són les arrels".

Lluís Vidal, llicenciat en Biologia, i Jordi Busquet, llicenciat en Filologia Catalana, donen classes a les Escolàpies de La Immaculada del Masnou

cinèfil és, per definició, una persona pacient. Li ha costat hores en una sala a les fosques, però sap que val la pena, perquè darrera de totes aquestes dures proves i infortunis, de vegades, hi ha recompensa.

La diferència entre un espectador de cinema ocasional i un cinèfil és que el primer vol veure una pel·lícula on passin moltes coses i molt de pressa. El cinèfil, com que és pacient, sap que el muntatge no ha de ser trepidant, es pot conformar amb una única frase de diàleg, o cap; on només soni música, o completament en silència; també pot acceptar plans fixos de deu minuts, i fins i tot serà capaç d'aguantar films de set, deu o onze hores. I per això avui, per sort, al cinema encara tenen lloc pel·lícules com *Satantango*, de Bela Tarr; *Lady Chatterlay*, de Pascale Ferran; *Last days* de Gus Van Sant, *En la ciudad de Sílvia*, de José Luis Guerín, *El bosque de luto*, de Naomi Kawase o *El silenci abans de Bach*, de Pere Portabella. JUDITH VIVES ■

GUGLEJAR | MARC DE SAN PEDRO

How Paciència



La pàgina web a la qual fa referència l'article.



WikiHow (www.wikihow.com) és un projecte d'escriptura col·laborativa que pretén aconseguir el major manual per aprendre a fer qualsevol cosa. Amb la teva contribució pots crear un repositori d'informació gratuïta que pot ajudar a moltes persones oferint solucions a qüestions de la vida diària. WikiHow actualment conté prop de trenta mil articles escrits, editats i mantinguts per persones voluntàries. Algú s'ha també s'ha decidit a escriure sobre la " paciència" (*How to be patient*):

Mai no ha estat fàcil ser pacient, però probablement avui en dia encara sigui molt més difícil. En un món en el que els missatges poden enviar-se d'una banda a l'altra del món de forma instantània, on sembla que tot es pot comprar ràpidament fent un clic al ratolí... La paciència, però, continua essent una important eina per viure. No sempre podem aconseguir gratificacions instantànies i algunes de les millor coses de la vida requereixen anys de treball i espera. Tanmateix, la paciència és una virtut que pot ser cultivada i es poden tenir en compte algunes orientacions:

1. Comprèn els motius pels quals tens pressa.
2. Identifica els desencadenants que sovint et fan perdre la paciència.
3. Desenvolupa mecanismes per sobreposar-te als moments d'impaciència.
4. Cerca noves pautes de comportament.
- 5.- Deixa-ho córrer, si no pots controlar els teus atacs d'impaciència (és el més sa)
- 6.- Recorda't que tot pren el seu temps.
- 7.- Espera't l'inesperat.
- 8.- Dona't un respir.
- 9.- Recorda't allò que és realment important.

Ningú no ha dit que la paciència sigui una virtut fàcilment assolible, però tampoc deu ser ben bé cert el contrari. WikiHow procura donar algunes pistes per ajudar els qui cerquem aprendre sobre qualsevol àmbit. ■

Per connectar directament amb la pàgina web <http://www.wikihow.com>

frases cèlebres

"La virtud de la paciència ens assegura la millor perfecció"

Sant Francesc de Sales

"La paciència és el suport del dèbil, la impaciència és la ruïna del fort"

Colton

"Qui té paciència pot tenir tot allò que desitja"

Benjamín Franklin

"Si he fet descobriments invaluables ha estat més per tenir paciència que per qualsevol altre talent"

Isaac Newton

"Si ets pacient en un moment d'ira, escaparàs a cent dies de tristesa"

Proverbi xinès

"Escoltar amb paciència, és sovint, millor caritat que donar"

Sant Lluís, rei de França

"La paciència és la virtud més heroica, perquè aparentment és la menys heroica"

Giacomo Leopardi

"La paciència té més poder que la força"

Plutarc

"Allò que és impossible de corregir, la paciència ho fa tolerable"

Horaci

"No hi ha autèntic geni sense paciència"

Louis Charles Alfred de Musset

"La paciència és amarga, però els seus fruits són dolços"

Jean Jacques Rousseau

"Qui no té paciència no pot exigir-la als altres"

Adolf Kolping



valors

butlleta de subscripció

DESITJO SUBSCRIURE'M A LA REVISTA 'VALORS' (11 NÚMEROS L'ANY) PER L'IMPORT DE 32 EUROS

Nom _____
 Adreça _____ Codi Postal _____
 Població _____ Telèfon _____
 Correu electrònic _____ DNI _____

Forma de pagament
 A través del Banc o Caixa (omple les dades bancàries)

DADES BANCÀRIES

Nom de l'entitat _____
 Adreça _____ Codi Postal _____ Població _____
 Titular del compte _____
 Entitat | | | | Oficina | | | | D.C. | | Número de compte | | | | | | | | | | Signatura _____

Quantitat: 32 euros euros (Subscripció de suport, per ajudar la revista)



Envia aquesta butlleta

al carrer Sant Josep 18-20 08301 Mataró

TELÈFON

Truca al 620.749.138 (de dilluns a divendres de 9 a 21 h)

WEB

Omple amb les teves dades la butlleta que trobaràs a <http://valors.org>

FAX

Envia la teva butlleta al número 93.798.62.59



Guanyar paciència

Francesc Ponsa

La ministra de Foment espanyola, Magdalena Álvarez, davant el caos de mobilitat provocat per les obres de l'arribada de l'AVE a Barcelona, va demanar "paciència i confiança" als catalans assegurant que "el resultat final seria molt positiu tant per l'AVE com per Rodalies". En aquest context, el govern de Madrid no s'ha cansat d'enaltir l'estoïcisme dels afectats per la crisi de les infraestructures argumentant que han sabut estar al seu lloc amb una actitud cívica. No obstant, considero que lluny de vanagloriar-nos pel nostre *savoir-faire*; hauríem d'exercir l'autocrítica col·lectiva per discernir si realment hem estat pacients o simplement ens hem deixat portar pel magma narcortitzant de la resignació. Així doncs, cal contextualitzar la paciència en un marc de fortalesa i serenor, contraposant-la a l'actitud acomodaticia i passiva de la resignació. Ras i curt: la paciència és l'esperança, mentre que la resignació és la renúncia.

En aquest mateix sentit, la paciència és un tret distintiu de la maduresa del qui conviu amb les constants del temps esperant - i reconeixent - el moment oportú per a cada cosa. La tecnocràcia actual entronitza la immediatesa i la velocitat com a ideals de model de vida. En canvi, la dedicació, l'esforç o la perseverança – valors tots ells lligats a la paciència – han passat a un segon terme: preferim l'arribada al recorregut. No obstant, ens oblidem que per arribar a una meta cal seguir una trajectòria; i en no albirar *ipso facto* el nostre destí, abandonem els remys i ens deixem portar pel vaivé de les onades.

Generalment, l'acció de llençar la tovallola va intimament lligada a les nostres cosmovisions. Ens hem imaginat un món *ideal* en el qual tot ha de ser com nosaltres volem; és a dir, perfecte: els trens han d'arribar a l'hora, els plats no es poden trencar i els cotxes no es poden avariar. D'acord amb això, Sèneca sostenia que la causa de la impaciència colèrica rau en la convicció, gairebé còmica pel seu origen optimista que una frustració, la que sigui, no consta al contracte de la vida. Hem d'acceptar que l'existència no és perfecta i que qualsevol aproximació ponderada als límits de la perfecció passa per una imperfecta (i mai acabada) superació personal i col·lectiva. La saviesa popular ho defineix molt clarament: la paciència és amarga però els seus fruits són dolços.

Així doncs, es fa palesa una concepció del món fonamentada en l'esperança de viure en un món de superació (millorar) per sobre de la basada en la reprovació constant dels actes propis i aliens (perfeccionar). Si no tenim clara aquesta opció, el balanceig de la impaciència i la frustració ens farà caure perillosament sobre els freds rails d'una dilatada resignació, oi, ministra? ■

Francesc Ponsa és periodista i col·laborador de 'Valors'



"La paciència és un tret de la maduresa del qui conviu amb les constants del temps"

per saber-ne més

- ◆ BARRETO, D. *Sobre la paciència y el tiempo*. Lectura de Emmanuel Levinas. Madrid: Auracas, 2000.
- ◆ BASTAN-DZIN-RGYA-MTSHO, Dalai Lama. *El poder de la paciència*. Barcelona: Martínez Roca, 1999.
- ◆ CALLE, Ramiro. *El arte de la paciència*. Barcelona: Martínez Roca, 1997.
- ◆ CALVO, M. *Paciencia en el sufrimiento*. Madrid: CCS, 2000.
- ◆ DIAZ, C. *La virtud de la paciència*. Madrid: Trillas, 2005.
- ◆ TERTULIANO. *Tratado de la paciència*. Sevilla: Apostolado Mariano, 1992.
- ◆ TORRALBA, Francesc. *La Paciència*. Lleida: Pagès, 2007.
- ◆ ZHANG, Gong. *Himno de las cien paciencias*. Barcelona: Tretze Moviments, 2004.