

06 SESSIÓ

Enraonem una estona sobre espiritualitat?

Dijous 23 de Febrer 2017
**Portal del Pardo
del Vendrell**

L'espiritualitat és una cosa massa important per deixar-la a les mans dels sacerdots, els mul.làs o els espiritualistes. És el vessant més noble de l'home, o més aviat la seva funció més elevada, que ens converteix en quelcom diferent de les bèsties, més i millor que els animals que també som. [...] És la nostra manera d'habitar a l'univers o a l'absolut, que habiten en nosaltres. No podem viure res millor, més interessant ni més elevat. No creure en Déu no és raó perquè ens amputem una part de la nostra humanitat, i sobretot aquesta! No tenir religió no és una raó per renunciar a tota vida espiritual.

André Comte-Sponville, L'ànima de l'ateisme

La primera vegada va passar en un bosc del nord de França. Tenia 25 o 26 anys. Donava classes de filosofia (era la meva primera feina) a l'institut d'una ciutat molt petita, perduda entre els camps, a la vora d'un canal, no gaire lluny de Bèlgica. Aquella nit, després de sopar, vaig sortir a passejar amb alguns amics per aquell bosc que ens estimàvem. Era fosc. Caminàvem. De mica en mica, els riures es van apagar; les paraules escassejaven. Hi quedava l'amistat, la confiança, la presència compartida, la tendresa d'aquella nit i de tot... No pensava en res. Mirava. Escoltava. Envoltat per la foscor del sotabosc. La

sorprenent lluminositat del cel. El silenci sorollós del bosc: alguns cruixits de les branques, alguns crits d'animals, el soroll més sord del nostres passos... Tot això feia que el silenci fos més audible. I de sobte... què? No res! És a dir, tot! Cap discurs. Cap sentit. Cap interrogació. Només una sorpresa. Només una evidència. Només una felicitat que semblava infinita. Només una pau que semblava eterna. El cel estelat sobre el meu cap, immens, insondable, lluminós, i cap altra cosa en mi llevat d'aquell cel, del qual jo formava part, cap altra cosa en mi llevat d'aquell silenci, d'aquella llum, com una vibració feliç, com una alegria sense subjecte, sense objecte (sense altre objecte que tot, sense altre subjecte que ella mateixa), cap altra cosa en mi, en la nit fosca, que la presència enlluernadora de tot! Pau. Una pau immensa. Simplicitat. Serenitat. Alegria. Aquestes dues últimes paraules podrien semblar contradictòries, però no es tracta de paraules: era una experiència, un silenci, una harmonia. Formava una mena de calderó, però etern, sobre un acord perfectament afinat que era el món. Em sentia bé. Sorprenentment bé! Tan bé que no sentia la necessitat de dir-m'ho, ni tan sols el desig que no acabés. Ja no hi havia paraules, ni mancança ni espera: pur present de la presència. Amb prou feines puc dir que hi passejés: només hi havia la passejada, el bosc, els estels, la colla d'amics... Ja no hi havia ego, ni separació, ni representació: únicament la presència silenciosa de tot. Ja

no hi havia judicis de valor: tan sols el que és real. Ja no hi havia temps: tan sols el present. Ja no hi havia el no-res: tan sols l'ésser. Ja no hi havia insatisfacció, ni odi, ni por, ni còlera ni angoixa: únicament alegria i pau. Ja no hi havia comèdia, ni il·lusions ni mentides: tan sols la veritat que em conté i a la qual jo no continc. Tot això va durar tot just alguns segons. (...) Només hi havia el tot, i la bellesa del tot. (...) I la mort? No era res. I la vida? Només era aquella palpació de l'ésser dins meu. (...) Va ser el moment més bonic que hagi viscut mai, el més alegre, el més seré i el més evidentment espiritual. Que ridícules em semblen, al seu costat, les oracions de la meva infantesa o adolescència! Massa paraules. Massa ego. Massa narcisisme. El que vaig viure aquella nit, i el que altres vegades vaig arribar a viure o a fregar, és més aviat el contrari: com una veritat sense paraules, com una consciència sense ego, com una felicitat sense narcisisme. Intel·lectualment, no considero que sigui cap prova de res, però tampoc puc fer com si això no hagués tingut lloc. (...) Vaig deixar que l'eternitat continués sense mi... No sóc d'aquests que saben habitar de forma duradora en l'absolut. Però, al cap i a la fi, l'absolut m'havia habitat per espai d'un moment. Finalment havia entès el que era la salvació (o la beatitud, o l'eternitat: poc importen les paraules, ja que no es tracta de discursos), o més aviat l'havia tastat, sentit, *experimentat*, i això em va dispensar en endavant de cercar-la.

André Comte-Sponville, Una experiència mística, dins de L'ànima de l'ateisme

El vent no es pot dirigir -recorda Krishnamurti- però cal deixar la finestra oberta. L'absolut és el vent, i l'esperit, la finestra.

André Comte-Sponville, L'ànima de l'ateisme

Si entenem per eternitat no la durada infinita sinó la intemporalitat, aleshores qui viu al present ja posseeix la vida eterna.

L. Wittgenstein

Una persona que no es meravella de res, està espiritualment morta.

A. Einstein

Després de contemplar una estona l'immens quadre celestial, emergeixen, com dolls d'aigua, preguntes inquietants, et sents assetjat per qüestions que, fins a aquell

Algunes possibles qüestions:

moment, t'eren desconegudes: ¿Què hi pinto jo aquí enmig? -ressona una veu dins teu- ¿Sóc una pura casualitat de la matèria viva? ¿Quin sentit té aquesta vida? ¿Sóc un bri d'eternitat que cerca a les palpentes la tendresa infinita d'una Mare eterna? ¿Hi ha algú més que se senti tan perdut com jo? ¿Tots estem perduts? ¿Algú em mira i vetlla per mi? ¿Qui sóc jo perquè algú es recordi de mi? I, si hi ha algú que vetlla per mi, ¿per què em trobo tan sol?

[...] De vegades sentim el desig de fer-nos arbre, pedra, carena, de ser-ho tot en tots, de fondre'ns en un tot inconscient, però, immediatament, anhelem projectar la nostra individualitat i fer de la vida una tasca que mereixi la pena, un projecte ple de sentit.

[...] Els grans pensadors de tots els temps s'han referit a l'experiència musical com una vivència quasi de caràcter espiritual, com una ruptura del present, com una espècie de viatge de retorn al fons de les coses, de transcendència cap a l'invisible que ho penetra tot. La música estimula i desenvolupa la religiositat de la persona, la seva voluntat de vincular-se al fons últim de la realitat, al que roman per dessota les infinites formes.

En l'obra de sant Agustí, l'audició de música sacra és un mode d'enlairar l'esperit cap a Déu, de transcendir l'ordre material i de travessar la frontera del cel, a on habiten els àngels i l'Altíssim. En el pensament del jove Friedrich Nietzsche, la música -especialment la de Richard Wagner- és

una ocasió per vincular-se amb la matriu del món, amb la Mare de l'ésser d'on provenim tots, amb l'eterna i cega voluntat de viure que va intuir Arthur Schopenhauer.

[...] La gran música suscita la nostàlgia de l'origen, propicia el retorn cap al principi, cap aquell temps originari on tot era u i no sentíem, encara, la necessitat de justificar l'existència, ni el drama de la dualitat.

Francesc Torralba, El sentit de la vida

Si entenem per eternitat no la durada infinita sinó la intemporalitat, aleshores qui viu al present ja posseeix la vida eterna.

L. Wittgenstein

Si per espiritualitat entenem la vida de l'esperit, què seria un esperit? En un sentit ampli, què entenem per esperit?

En un sentit ampli, l'espiritualitat englobaria la totalitat, o gairebé la totalitat, de la vida humana, oi? Seria més o menys sinònim de mental o de psíquic, no?

Pel que fa, però, a la qüestió a debatre avui, ens seria més útil parlar d'espiritualitat en un sentit més restringit. Així, espiritualitat, o vida de l'esperit, faria referència sobretot a tot allò que té relació amb l'absolut, l'infinit o l'eternitat. Podríem posar-nos d'acord en aquesta accepció?

És correcte identificar religió amb espiritualitat?

No seria més adequat considerar la religió com una de les formes possibles de l'espiritualitat?

Podem trobar persones que es manifesten molt religioses però amb ben poca o nul·la espiritualitat?

Així, doncs, quedem que no tota espiritualitat és necessàriament religiosa?

Independentment del tipus de creences que tinguem o deixem de tenir, qüestions com l'eternitat, l'absolut, l'infinit sempre ens acaben interpel·lant? No ens en podem amagar. És així?

Ser ateu, significar negar l'absolut, o negar que l'absolut sigui Déu?

Podríem entendre per absolut allò que existeix independentment de tota condició, de tota relació tot punt de vista?

Perquè el conjunt de totes les condicions és necessàriament incondicionat? Així, podríem parlar de la natura, l'univers o la veritat com a absoluts?

Tot i que podem convenir que l'esperit no és la causa de la natura, podríem afirmar que n'és el resultat més interessant, el més espectacular i el més prometedor?

És veritat que en la nostra cultura, pràcticament l'única forma observable d'espiritualitat ha estat la religió?

És per això que molta gent els considera sinònims?

És per això que també per a molta gent no hi ha espiritualitat fora de la religió?

I els savis grecs? I la seva saviesa? Sòcrates ens invita a autoexaminar-nos. I això no és una manifestació de la nostra dimensió espiritual?

Si tot és immanent, l'esperit també ho és?

Si tot és natural, l'esperit també ho és?

Si som al món i pertanyem a la natura, l'esperit també forma part de la natura?

L'espiritualitat depèn més de l'experiència, de les experiències, de vivències, més que de pensament?

L'espiritualitat és més una porta oberta al misteri, cap a la impossibilitat de comprendre, entendre i saber el perquè de l'ésser?

L'espiritualitat, doncs, és més bona amiga del silenci, dels silencis, que de les paraules, i sobretot dels discursos?

És una experiència espiritual el que podem sentir quan, a la nit, ens dediquem a mirar els estels?

Ens sentim com una petitíssima part d'un Tot immens, llunyà, cada cop més llunyà, més inabastable. És així?

I com pot ser que nosaltres, una ridícula finita, que formem part immanent d'aquest Tot, el

sentim infinit perquè ens envolta, ens conté, ens supera? És que potser aquest Tot és una transcendència? De cap manera, no pot ser, nosaltres ens hi trobem a dins...

Aquesta experiència, d'altra banda ben banal, no és capaç d'emocionar-nos molt més que la Bíblia o qualsevol altre llibre sagrat de qualsevol religió?

Davant d'aquest espectacle extraordinari d'una nit estrellada, i la nostra atenció serena i callada, que experimentem: inquietud, pau... ?

I que s'acostuma a posar en marxa, el pensament o la percepció?

Si penseu, com us sentiu?

I si sentiu, en lloc de pensar, com us sentiu?

Els mestres zen diuen: Qui pensa, no percep; qui percep, no pensa. Què me'n podeu dir?

La contemplació d'una immensitat tan immensa no contribueix a resituar-nos a escala humana?

No representa una bona bufetada a l'orgull tot sovint del nostre ego que es creu més gran, potent i important que l'univers sencer?

I és potser per això que l'efecte d'aquesta vivència és calmar-nos, tranquil·litzar-nos, donar-nos pau i... relativitzar les nostres grans coses, a l'igual que les nostres pors i misèries?

Només és consoladora aquesta experiència, o també és un aprenentatge, també ens ajuda a créixer, a alliberar-nos de la presó del jo, i cobrar consciència de la nostra petitesa?

La natura en general, amb la seva immensitat, produeix tot sovint aquest efecte alliberador?

Contemplar la immensitat, ridiculitza el meu ego, debilita el meu egocentrisme i fa minvar, en conseqüència, l'ansietat ocasionada pels grans o petits problemes del meu gran ego acostumat a viure en un petit món?

La contemplació d'allò que és llunyà -i, per tant, immens- m'allunya també dels meus problemes?

Al costat del Tot, tot es fa més petit? Tot es relativitza o es pot relativitzar més?

Necessitem, de tant en tant, perdre'ns o capbussar-nos en la immensitat per tal de resituar-nos i recuperar el nostre lloc real a escala humana?

Quan ens oblidem, quan desapareix l'ego, s'esdevé la pau, la tranquil·litat, l'absència de preocupacions, l'ataràxia dels grecs?

És allò que tot sovint s'anomena *l'instant*?

Pascal deia: *El silenci etern d'aquests espais infinits m'espanta. A vosaltres, us espanta o més aviat us assossega?*

Aquells *instants* de plenitud, en què es desfan, desapareixen les coordenades espai-temps, per què no els afavorim, potenciem i provoquem més? Llegir, escoltar música, contemplar la natura... fer coses... crear...?

Per què no multipliquem totes aquelles excepcions a la monotonia, preocupacions i buidor quotidianes?

Francesc d'Assís diu que un sol raig de llum és capaç de desfer mil i una obscuritats. Què en penseu?

En tenim prou amb nàixer, créixer, reproduir-nos i morir?

O és que esperem alguna cosa més de la vida?

Aquest *esperar alguna cosa més*, fa referència a la dimensió transcendent i espiritual de la persona?

I tot i que difícilment no podrem obtenir mai una resposta racional convincent sobre aquestes qüestions que van més enllà dels nostres límits, tenim com una necessitat interna de pensar-les i repensar-les. És així?

El misteri, l'enigma de la nostra existència, no deixa d'interpel·lar-nos?

Potser perquè tot plegat està molt lligat al sentit o no sentit de la nostra vida?

Això voldria dir que el sentit és, sobretot, una construcció humana?

Es pot fer compatible el desig que de vegades sentim de voler fondre'ns i desaparèixer en el Tot, i el desig de fer de la nostra vida un projecte que valgui la pena, que justifiqui la nostra existència?

Per què sentim tanta necessitat d'haver de justificar la nostra existència?

És que no som capaços de viure amb una certa plenitud i harmonia sense haver trobat un perquè i un per a què viure?

Si a partir d'un determinat moment de la nostra vida no adquiríem la consciència d'existir, i en conseqüència, la terrible responsabilitat que això comporta, tot seria més senzill?

És potser per això que aquells *instants* en què ens sentim connectats, relligats amb el tot, aquells instants on desapareix el drama de la dualitat, són tan i tan reconfortants?

Quan experimentem allò que Romain Rolland anomenava *sentiment oceànic*, tenim necessitat d'una altra cosa? D'un Déu? D'una Església? O amb l'univers, amb el TOT, n'hi ha prou? És que pot haver-hi alguna cosa més més enllà del Tot?

Tenim necessitat d'una fe? O amb aquesta experiència n'hi ha prou? Hi ha alguna cosa més convincent que una vivència?

És possible una mística no religiosa?

Heu tingut mai una experiència mística?

Què heu guanyat i com us heu sentit?

En quins aspectes, la vostra vida ja no és la mateixa? O és que, passats els instants de l'experiència, tot retorna a la *normalitat*, i no hi ha cap mena de repercussió real?

Quan una cosa, una activitat, qualsevol, deixem de fer-la cercant algun objectiu o finalitat, i no pretenem res més que el que estem fent i com ho estem fent, vol dir que hem iniciat una mena d'aventura o pelegrinatge interior, i que ens dona un plaer més profund, més elevat? Podríem parlar, en aquest cas, d'una experiència espiritual?

Quan una activitat ens absorbeix desapareix l'ego? Podem abocar-nos amb atenció i concentració màximes a alguna cosa i alhora autoobservar-nos i analitzar-nos?

Quan, com acabem de dir, alguna cosa ens absorbeix fins al punt de fer desaparèixer les

coordenades espai-temps, i l'únic que existeix és el present, aleshores el present s'esdevé etern?

Si no hi ha ego, només existeix el present i, per tant, desapareixen les ansietats i angoixes?

Cercar l'aliment de l'esperit consisteix a tancar-se dins d'un mateix, prenent assolir allò que avui en dia se'n diu l'autorealització, o més aviat, obrir-se al món, als altres i a l'univers tot intentant autotranscendir-se? Sense autotranscendència ens podem arribar a sentir veritablement, sincerament, autorealitzats?

Francesc Torralba, entre d'altres, parla d'intel·ligència espiritual, a vegades també anomenada intel·ligència existencial o intel·ligència transcendent. Segons ell és universal, la tenim tots, i a més es pot educar. Aquesta intel·ligència ens capacita i fa possible una sèrie de beneficis:

- La capacitat de prendre distància respecte a la nostra vida i poder-la analitzar.

- **Prendre distància** respecte a les nostres emocions. Quan em sento trasbalsat per les emocions, puc prendre distància i no deixar-me arrossegar per les seves aigües tèrboles.

-Prendre distància respecte de les nostres creences: per què crec el que crec, podent no creure-hi? Un fanàtic és incapaç de fer-ho.

- Quins vincles em sostenen en les hores i nits més fosques?

- La capacitat de **transcendir**, de creuar límits, d'anar més enllà del que coneixem. L'espiritualitat permet anar més enllà dels estereotips, dels prejudicis, dels tòpics, de les generalitzacions, del que es diu. Quantes persones viuen de tòpics que repeteixen de generació en generació?

-La capacitat d'**admirar-nos**, de meravellar-nos, de sorprendre'ns. Com més espiritualitat, més ens meravellem per tot. Si no, només ens resta consumir i produir.

- La capacitat de **sentir-nos part d'un gran Tot**. Capacitat de veure, de sentir, allò que uneix el meu ésser amb l'ésser de l'altre, dels altres, i del tots els elements de l'univers. L'espiritualitat ens apropa als altres i al món. Desfà dualitats, dicotomies. Permet descentrar-nos i oblidar-nos de ser el centre. Perquè allí on hi ha centre hi ha perifèria, i marginalitat.

- Capacitat d'**auscultar**. Capacitat de **captar la nostra vocació**, la nostra missió en el món. Quantes persones representen un paper que no té res a veure amb el paper que desitjarien representar?

- Capacitat de **vivència plena de l'ara**. Capacitat d'atenció plena. Quan estem en el passat o en futur, el temps passa, però no el vivim, no el fem nostre.

Aquesta intel·ligència espiritual ha existit des de sempre. La novetat, però, és que ara se la comença a reconèixer en àmbits no religiosos ni confessionals. I, segons Frankl, és una de les dimensions de l'ésser humà. Una dimensió, per cert, que segons ell no emmalalteix mai. Per això, siguin quines siguin les dificultats o situacions per les quals està passant una persona, sempre cal tractar-la amb respecte i amb dignitat, perquè la seva essència espiritual resta intacta i, com a tal, l'humanitza. Hi esteu d'acord?

Moderador
Joan Bosquet