

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler

La brúixola interior

Sempre dic que m’agrada escoltar històries. De vegades, tinc el privilegi que algú se m’acosta i comparteix amb mi les seves vivències més profundes. En aquest cas no m’és difícil endinsar-me dins el relat i començar a convertir en imatges cada paraula que escolto. És com crear una pel·lícula dins meu que tant em pot alegrar el moment present com fer-me venir esgarrifances. Reconec que el fet de ser una mica aprensiu no m’ajuda massa en aquest sentit. Tot i així, no perdo de vista que si a mi m’afecta una història aliena, el protagonista de la mateixa encara en deu sortir més tocat.

Una experiència profunda, íntima, on els components emotius hi són molt presents normalment acaben amb una transformació en la fisonomia del confident, sobretot quan la ira, el victimisme o el dolor en són part activa. En el moment oportú,

sobretot quan la persona es troba atrapada, és bo activar la pregunta màgica: Com et sents? En moltes ocasions la resposta obtinguda és quelcom semblant a “Fatal”, i fàcilment la causa d’aquesta fatalitat és un factor extern. Aquesta resposta i els motius que la produeixen em fan veure dues coses. Una, que parem poca atenció al que sentim i dues, que tendim a cercar a fora el que només podem trobar dins nostre.

Si davant de cada situació viscuda sabem parar i escoltar el que sentim en lloc de guiar-nos amb la ment i acabar mirant cap a l’exterior, ens serà més fàcil sortir dels bucles i els paranys en els quals acabem caient periòdicament. Recordo quan era un infant i jugava amb els amics a trobar alguna cosa amagada. A mesura que m’allunyava o m’apropava els companys m’anaven ajudant dient fred o calent. Quan m’acostava a l’objectiu pujava la intensitat del “calent, calent, calent” i això era un indicatiu clar que anava pel bon camí. Ara m’adono que aquest mateix indicador l’he tingut sempre impregnat dins meu a través de les sensacions sentides.

Hem de saber que el llenguatge ens delata i que si quan escoltem les paraules que emetem detectem més el “sento” que no pas el “penso” voldrà dir que anem pel bon camí. La vida és un recorregut continu, i en aquest camí hi ha cruïlles. És precisament en aquestes cruïlles que hem d’activar tots els nostres sensors per tal de prendre la decisió adequada. Quan condueixo, si sento que estic anant massa de pressa, el meu peu deixa de prémer l’accelerador automàticament. Per altra banda, si percebo que estic entorpint el pas als que venen al darrere accelero o els facilito l’avançament. Si portar un cotxe és així de fàcil, per què no puc conduir altres aspectes de la meva vida de la mateixa manera?

Per estrany que ens sembli, si fem cas al que sentim poques vegades errarem. Si deixem de pensar en el resultat immediat i ens guiem pel que ens diu el nostre cor ens adonarem que la nostra brúixola interior ens ajuda a arribar als llocs on sempre hem volgut estar i no perdrem mai el nord.



L’HORÒSCOP

Dhanna Astròloga

Del 19/02 al 25/02

ÀRIES (Del 21/3 al 20/4)

Darrerament et ve de gust algun canvi en el sector laboral. Potser t’avorreixes una mica i necessites algun repte que t’animi a seguir. No perdis la paciència i persevera.

CRANC (Del 22/6 al 21/7)

Et poden fer una proposta que sona molt interessant, però no t’hi llencis sense valorar si realment és el que vols. Mira bé els aspectes materials de l’assumpte en qüestió.

BALANÇA (Del 24/9 al 23/10)

No dubtaràs a posar límits a una persona que intenta abusar de la teva bona fe o de les teves bones maneres. I si involucra els teus, els defensaràs amb ungles i dents.

CAPRICORN (Del 22/12 al 20/1)

En la llunyania veus possibilitats a un projecte laboral, però encara no és el moment de passar a l’acció i pots anar-ho dissenyant. Expressa’t amb més convicció i guanyaràs.

TAURE (Del 21/4 al 20/5)

Has après que en assumptes de parella és necessari pactar, negociar i arribar a acords. Ara és un bon moment per posar-ho en pràctica. Escolta i comprendreàs altres necessitats.

LLEÓ (Del 22/7 al 23/8)

Valoració professional, tant per part dels altres com per part teva. Moment de fer balanç i posar atenció en alguns petits detalls. Una persona amiga potser no ho és tant.

ESCORPÍ (Del 24/10 al 22/11)

Has après que és millor estar sol si les coses no es donen amb la parella. Sembla que finalment has entès que les relacions no es poden forçar i que has de seguir endavant.

AQUARI (Del 21/1 al 19/2)

No caure en la temptació és tota una fita. La vida n’és plena d’elles i si vols aconseguir una sèrie d’objectius més et valdrà centrar-te. Reps l’admiració de gent jove.

BESSONS (Del 21/5 al 21/6)

Si has estat un temps allunyat de la professió per diferents raons, es pot tornar a activar el sector i demanarà tota la teva energia. No et precipitis, marca’t un pla.

VERGE (Del 24/8 al 23/9)

Un assumpte de fa cinc o més anys pot retornar amb força. Si vas obrar malament o vas causar perjudici, pots mostrar-te penedit. Mai és tard si el penediment és veritable.

SAGITARI (Del 23/11 al 21/12)

Les teves prioritats canvien amb el pas del temps i les d’ara no són les mateixes que les de fa quatre o cinc anys. Has après molt i saps millor amb qui pots comptar.

PEIXOS (Del 20/2 al 20/3)

Si et sents confós, no surtis corrents a fer coses o a evadir-te perquè el que faràs és postergar el problema. La calma, el silenci i la penombra poden ajudar-te molt més.