

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

‘Tegewa’

Encara recordo la primera motxilla que vaig comprar, era una Mckinley de color verd fosc i estava farcida de compartiments. Per posar-nos en context diré que encara no existia la telefonia mòbil i molt menys els navegadors personals, o sigui que anar a la muntanya requeria anar mínimament preparat i ser autosuficient. Reconec que en un primer moment no tenia clar si la faria servir per pujar al Kilimanjaro o simplement per fer una matinal al Matagalls, però la il·lusió d'utilitzar-la em va despertar la vena consumista i vaig començar a fer llista de les coses que podia posar-hi. Al principi em semblava que una bona cantimplora d'alumini, un impermeable i una farmaciola de primers auxilis podien ser suficients, però aquesta sensació va durar poca estona. La brúixola, la navalla suïssa multifunció, la col·lecció de mapes de l'Alpina, la càmera fotogràfica, el teleobjectiu, els carrets de recanvi, l'estora i un reguitzell de petites andròmines que ja no recordo van embotir la McKinley fins a aconseguir trobar els seus límits. No cal dir que la primera sortida va esdevenir tota una odissea, i no pas per falta d'equipament sinó més aviat per tot el contrari. Sobretot els dits dels peus m'ho van recordar uns quants dies.

D'aquella primera experiència on anava amb unes sabatilles d'esport i la motxilla a rebentar es pot dir que només en conservo l'hàbit de portar la cantimplora de l'aigua i he substituït la resta de l'equipatge per un calçat com cal. Suposo que el diàleg amb la meva esquena i l'ajuda inestimable de la tecnologia m'han ajudat a desprendre'm de tot allò que no necessitava i adonar-me que moltes vegades ens compliquem la vida innecessàriament carregant coses que no tenen cap sentit.



En aquest punt és bo aturar-se i adonar-se que aquesta sobrecàrrega tant pot ser material com mental i que gairebé podria assegurar que és més feixuga la segona que la primera, ja que el pes dels nostres pensaments pot arribar a enfonsar-nos i empètir-nos fins a l'inimaginable. Si som dels afortunats que en prenem consciència i decidim començar a canviar aspectes de la nostra manera de funcionar podem començar aplicant els principis que recull la paraula japonesa *tegewa*.

Aquest mot, com d'altres que hem anat comentant en articles anteriors, encabeix un significat molt ampli i ens recorda que no cal enredar-se tant i triar sempre la sortida més simple. Quan es presenta una situació difícil i no hi trobem solució el millor que podem fer és deixar de pensar-hi i fer

una altra cosa, en aquest punt és fàcil que la resposta arribi sola. Si no ens arriba la inspiració o no veiem el desllorigador a un problema sempre ens han dit que li deixem espai i ho consultem amb el coixí, no? Doncs a mi *tegewa* m'ha aportat sempre una bona sortida encara que hagués de deixar un treball inacabat abans d'anar a dormir sabent que al matí es desencallaria tot amb molta més facilitat i rapidesa. De la major part dels problemes que se'ns presenten a les nostres vides en tenim la solució a tocar, però ens entossudim a anar-la a buscar a l'altre extrem del món. Amb la mirada adequada, desencallar certes situacions difícils no ha de ser tan complicat i si sabem buidar la motxilla segur que arribarem abans i el viatge serà més plaent. *Tegewa* a tots.

HORÒSCOP

Roser Bona

Del 14-04-2023 al 20-04-2023

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Amb la conjunció del Sol amb Júpiter al teu signe, recuperes l'autoconfiança i vius un moment de força entusiasme. Ajudes una persona que saps que passa una mala època.

TAURE (Del 21 d'abril al 20 de maig)

Venus transita la Casa II i si t'has portat bé i has estalviat una mica et dones algun caprici. Una persona de més edat que tu mostra una actitud abusiva i li poses límits.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Possible forta atracció amb algú de perfil madur o una mica seriós, però no sembla una relació fàcil o possible. Fas diners amb els teus coneixements en alguna matèria.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Un assumpte relatiu a la llar demana la teva atenció abans que sigui massa tard. Si vens d'una ruptura amorosa, la Lluna minvant col·laborarà en deixar-la enrere.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Pot sorgir una bona oportunitat laboral lluny del lloc on vius i hauràs de valorar-ho. Estàs molt actiu i et costa una mica dormir. T'anirà bé aprendre a relaxar-te.

VERGE (Del 24 d'agost al 23 de setembre)

Actualment, ja no vols seguir alguns costums, possiblement heretats i que trobes restrictius. Si fas neteja a fons, és possible que trobis un objecte que donaves per perdut.

BALANÇA (Del 24 de setembre al 23 d'octubre)

No vols perdre't res en el temps de lleure i organitzes diverses activitats. Si tens fills petits poden donar-te una mica de guerra. Compta fins a 10 i conserva la calma.

ESCORPÍ (Del 24 d'octubre al 22 de novembre)

En l'àmbit laboral poden donar-se alguns desacords o malentesos. Caldrà ser pacient i assertiu. Inverteixes en un nou aparell de TV o un ordinador de nova generació.

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Cal posar-se al dia assistint a una formació. Et sents inquiet i no t'agrada el que et toca viure. Aprofita-ho per crear alguna cosa que resulti d'ajuda per tu i pels altres.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Una persona lligada a la feina et mira amb bons ulls i no tardarà a fer-t'ho saber. Necessites comunicar el que et bull per dins. Cerca una persona de confiança i parla'n.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Pots experimentar un flaix on veuràs algun fet que pertany al futur. Comença una nova etapa pel que fa als fills i hauràs de fer diversos canvis a la teva vida quotidiana.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Et mostres seriós i prudent perquè estàs fent un treball de maduració. Conscient de la importància de la salut, fas més activitat esportiva o surts a passejar cada dia.