

LA CONVIVÈNCIA, UN CAMÍ PLE D'AVENTURES



Marta Trepàt i Secanell

LA CONVIVÈNCIA, UN CAMÍ PLE D'AVENTURES

Marta Trepà i Secanell

© Marta Trepà i Secanell, 2018

EDITA: Institut de Recerca i Estudis Religiosos de Lleida - IREL, 2019
Canonge Brugulat, 22 - 25003 Lleida
Tel. i fax: 973 28 15 38
i Pagès editors, 2019
Sant Salvador, 8 - 25005 Lleida
www.pageseditors.cat

Primera edició: febrer de 2019
ISBN: 978-84-1303-061-6
DL: L 66-2019

IMPRESSIÓ: Arts Gràfiques Bobalà, S L

LA CONVIVÈNCIA, UN CAMÍ PLE D' AVENTURES

Marta Trepà i Secanell

Lliçó inaugural de l'Institut de
Recerca i Estudis Religiosos de Lleida (IREL)
2018-2019

27

TAULA DE CONTINGUTS

Introducció	7
El pas previ de la convivència és la convivència amb un mateix	7
Estimar l'altre com a tu mateix	11
Fonaments psicològics de l'ètica	11
La socialització	13
El perdó	16
La convivència en la família	17
Estimeu-vos els uns als altres tal com jo us he estimat	22
Deixar-se estimar per Déu	23
Bibliografia	27

LA CONVIVÈNCIA, UN CAMÍ PLE D'AVENTURES

Marta Trepà i Secanell

Introducció

Voldria remarcar en primer lloc l'oportunitat del tema d'aquest cicle perquè justament vivim uns temps en què sovint la convivència es fa difícil. I no únicament per les circumstàncies polítiques sinó també perquè sembla que la relació cara a cara s'estigui perdent. Per la pressa, per la feina, per les obligacions...

Tenim ulls i no hi veiem. No mirem a l'altre. Tenim orelles i no hi sentim. No escoltem de debò. Sovint, quan l'altre està parlant s'està més pendent del que se li vol contestar que no dels seus arguments, i a vegades, sense deixar-lo ni acabar, se l'interromp per expressar les pròpies raons...

A sobre, l'omnipresent inundació d'imatges té l'efecte de deixar-nos una mica més cecs. Què passarà aviat amb una comunicació que no es doni a les xarxes?

I només cal donar un cop d'ull a Twitter o qualsevol xarxa social per veure que moltes opinions s'expressen amb agressivitat, amb violència, amb un to càustic, mordaç, provocador...

Tota aquesta agressivitat era en la societat, encara que no sortís a la llum pública com ara posen de manifest i animen a fer les xarxes socials. I potser és millor ser-ne conscient i així adonar-se de la importància de treballar la convivència, de cultivar en un mateix l'escolta de l'altre per tal d'intentar entendre els seus punts de vista.

El tema és tan ampli que intentaré donar unes quantes pinzellades per ajudar-nos a pensar, a reflexionar sobre la nostra convivència des del punt de vista de la persona.

El pas previ de la convivència és la convivència amb un mateix

Si no ens sentim a gust amb nosaltres mateixos, no ens sentim a gust enlloc. I llavors és quan fugim i ens refugiem en qualsevol cosa. És molt habitual que ho fem en l'activisme. Fer coses, tenir moltes activitats, moltes sol·licitacions. Ens convencem profundament de la necessitat, de la utilitat d'allò que fem i no ens queda temps per enfrontar-nos al que ens passa, sovint als sentiments de buidor, d'inseguretat o de soledat.

L'acceptació d'un mateix no és gens fàcil. Jo diria que és gairebé un acte de fe. Ens costa molt d'acceptar les nostres mancances, els nostres errors, les nostres deficiències. Voldríem ser els més macos, els més intel·ligents, els més simpàtics, els més valorats...

Segons Alfred Adler, deixeble dissident de Freud, la baixa autoestima impulsa les persones a esforçar-se excessivament per superar la inferioritat amb la qual es perceben i això provoca problemes d'identitat. Per exemple, tenen dificultats per connectar-se a interessos autèntics, estan sempre excessivament pendents de si prenen les decisions correctes, si l'entorn les aprovarà. Els resulta més important l'acceptació dels altres que estar d'acord amb si mateixos.

A més, els problemes d'identitat es poden expressar a través de la falta d'iniciativa, com si sempre haguessin d'esperar que se'ls donés permís per a prendre decisions. També amb aquells comportaments que anticipen el fracàs: ja abans d'emprendre una tasca, pensar que no sortirà bé. Tot això són característiques que frenen el creixement, interfereixen en el desenvolupament de la personalitat i posen traves a una convivència fluida.

Autoconeixement, autoacceptació i autorespecte. Són puntals de la convivència, però també són tasques que requereixen un esforç maduratiu de l'individu perquè no són qualitats que s'aconsegueixin automàticament. Tot i això, la societat actual no ajuda a promoure aquest tipus de valors en la convivència. L'enalteix, però a la vegada la boicoteja proposant contínuament canvis en els models socials. De tal manera que allò que era un valor en la generació dels pares, passa a ser obsolet per als fills. L'individu busca identificar-se amb aquells que li donin seguretat i una aparent i superficial convivència. D'això se n'aprofita, i molt, la societat de consum. Per tal d'incentivar-ho ofereix productes "per ser com" els models de triomfadors que el mateix mercat fabrica.

El psicoanalista Daniel Meltzer anomena "estats infantils de la ment" aquesta forma de pseudoautoestima que genera també una pseudoconvivència. Seria com un funcionament superficial d'adaptació, sense autocrítica als valors socials majoritaris i dominants. Es tracta d'un tipus de mecanisme mental que es caracteritza per la importància que es dona a la relació amb el cos i les sensacions i els impulsos. En aquest estat, el més important és tenir ganes d'una cosa. És l'únic argument vàlid. Una persona

que funciona segons les lleis d'aquest argument, no es planteja, per exemple, si determinada activitat li serà útil per al seu desenvolupament emocional o intel·lectual o per afavorir la convivència amb els altres. Al contrari, només pensa si té ganes de fer-ho. Això comporta un tipus de personalitat feble que es desmantella als primers embats de la vida. I una convivència superficial i inestable que no té cap consistència.

Meltzer parla de dues formes característiques d'experimentar el món, participar-hi i viure la convivència, pròpies de les persones que funcionen amb aquests estats infantils de la ment: la sensualitat i l'acció. Es prioritza sobretot allò immediat. L'acció i l'èxit són els valors més cobejats i s'equiparen al triomf, associat a l'autoestima. En la convivència es valora per damunt d'altres qualitats l'ambició, el plaer en el triomf competitiu, la sensualitat, una gran necessitat d'estar informats dels valors que estan de moda i l'habilitat per moure's en el propi grup social. Tot plegat, té més a veure amb un joc que no amb la capacitat de creixement i de respecte a l'altre que ha de tenir un adult.

La manera de relacionar-se d'aquests estats infantils de la ment té a veure sobretot amb prendre possessió d'allò que interessa en aquell moment, siguin persones, objectes, situacions socials o valors, que es té propensió a acaparar. En aquest sentit, les persones amb aquest tipus de mentalitat tenen tendència a no renunciar-hi fins que el seu desig no s'ha extingit. Per després canviar-ho pel següent, sense tenir en compte els sentiments dels altres o el patiment que això pugui generar.

Una altra característica d'aquest funcionament mental és la de rebel·lar-se contra el patiment. Tot el que suposa un esforç, sense un final definit o un sacrifici per tal d'aconseguir una fita o millorar la convivència, es defuig a través d'una sèrie de subterfugis.

Una altra característica de la personalitat de l'individu que no ajuda a la convivència seria el "jo ideal" que és un concepte encunyat per Freud i seria la imatge interna de com voldríem ser. S'ha anat construint a partir de les projeccions i dels desitjos dels pares, dels avis, de l'entorn i tot allò que nosaltres hi anem afegint al llarg de la vida. El "jo ideal" ens castiga amb sentiments de remordiments, de vergonya o d'inferioritat. I oprimeix les nostres forces vitals. Un "jo ideal" pot ser molt aclaparador i molt invadint. Allò de no ser mai prou bo.

Som complexes, les persones. Podríem dir que des del punt de vista psicològic/espiritual, la nostra personalitat té una sèrie d'estrats:

En primer lloc, el nucli més intern. Un espai creatiu, del que diu el Gènesi: “Déu va veure que tot el que havia fet era molt bo.” En aquest nucli intern del nostre ésser, el Regne de Déu és dins nostre.

Aquest nucli està envoltat per un segon estrat: són les experiències positives, els bons records, però també les doloroses amb què ens anem trobant des de la infantesa i tota la vida. Aquí hi ha dolor, la convivència moltes vegades ha estat difícil, hi ha ràbia, hi ha angonya, hi ha por, hi han malentesos, incomprensió. Culpabilitat, amargor, odi...

I en tercer lloc, la naturalesa humana construeix sobre el segon estrat un escut protector per a defensar-se del dolor i de l'angonya. És una zona que està encoixinada, embuatada, protegida per les riqueses, el consum, la carrera, el prestigi... Sovint aquesta capa protectora incorpora una bona dosi de religió. Una determinada manera de viure la religió. La religiositat pot ajudar a créixer o tot el contrari. També en pot formar part la hiperactivitat, les addiccions. Tot allò que ens atordeix una mica, que ens impedeix pensar, que ens protegeix de l'estrat anterior, però és una protecció molt cara perquè ens impedeix elaborar, pair, netejar les males experiències.

També hi ha una altra resposta negativa des del punt de vista psicològic. Quan es vol eludir el patiment que provoca un estil de vida artificial, s'acaben generant mentides. Aquestes són un verí per a la ment, amb el qual la persona s'enganya a ella mateixa intentant creure que allò que la fa patir o la distància de les persones que té a la vora, no ha passat o no és important. Es construeix un món propi tancat i allunya l'individu de la realitat i dels altres. En canvi, la relació amb un mateix que ajuda a la convivència es construeix sobre la veritat i el contacte real amb un mateix.

L'autèntica convivència amb un mateix té a veure amb l'acceptació de les pròpies qualitats i els punts forts així com els punts febles i les mancances. Sense autojudicis punyents i cruels ni exigències excessives.

En canvi, la societat proposa un model basat en el triomf, el plaer, les habilitats socials i les conductes addictives per tal d'evitar la reflexió, el contacte amb les pròpies necessitats i les dels altres, que queden encobertes per l'activisme i l'agitació.

L'aprenentatge de com conviure amb un mateix és el pas previ a una convivència sana amb els altres.

Estimar l'altre com a tu mateix

Estimar l'altre com a tu mateix. És un gran pas respecte del codi de Hammurabi, ull per ull, dent per dent. I el codi de Hammurabi ja va ser un gran avanç perquè la naturalesa humana sense frens seria si tu m'has tret un ull i ara jo puc et trec els dos...

Es tracta només de no fer mal? Feu als altres tot allò que voleu que ells us facin? Aristòtil va ser el primer pensador que va utilitzar la paraula *ètica* en un llibre que dedicà al seu fill Nicòmac. Considera que la finalitat de l'ètica seria aconseguir la *eudaimonia*, paraula grega que sovint es tradueix, massa simplificadament, com felicitat. Però en realitat és un concepte mol més complex. Significa més aviat tenir bona sort, en el sentit de realitzar el màxim de possibilitats que la persona té al seu abast, viure amb el més excel·lent de cadascú.

D'altra banda, el filòsof alemany Kant també va dedicar reflexions profundes i no únicament teòriques a aquest concepte. Tot seguint la intuïció d'Aristòtil es refereix a l'ètica no com la realització d'una sèrie d'actes sinó en un sentit molt més ampli, com la construcció d'un mateix. Kant utilitza aquesta màxima per caracteritzar-la: "No vulguis per als altres el que no vulguis per a tu." A més, afegeix els conceptes de respectar l'autonomia i la llibertat de tots i promoure el bé, tant el propi com el dels altres: "Afavorir els altres és el desenvolupament raonable i ètic del comportament."

Fonaments psicològics de l'ètica

Com s'origina en l'ésser humà el sentiment ètic? Des de la psicologia es pot utilitzar d'una manera original el concepte d'ansietat com a fil conductor en la construcció d'una ètica personal.

L'ansietat es pot definir com una resposta primària i biològica davant d'allò desconegut que fa que tot l'organisme, somàtic i psíquic, es posi en estat d'alerta. En aquest sentit, l'ansietat és positiva perquè posa en marxa una sèrie de potències emocionals, intel·lectuals i creatives per tal d'afrontar allò nou i desconegut. Però quan és excessiva, ja sigui per la situació que la provoca o per la vulnerabilitat del subjecte que la pateix, provoca disfuncions i bloquejos que alteren i pertorben el funcionament de l'aparell mental. Acaba originant una psicopatologia.

La més primitiva és la del nadó: l'ésser humà neix prematur en el sentit que, des del punt de vista neurològic, presenta una discordança de

maduració neuromotriu, pròpia de la nostra espècie. El desenvolupament motriu és molt més lent en l'home que en l'animal, que des de les primeres hores de vida ja és capaç de caminar, buscar la mamella materna o picotejar buscant aliment. Mentre que el nen acabat de néixer és incapaç de valdre's mínimament i només sap plorar. En canvi, el desenvolupament sensorial és molt més ràpid i precoç. Per exemple, ja des dels primers dies de vida, el nadó, quan sent la veu humana alenteix el ritme cardíac i es vol girar cap aquella direcció, mostrant una preferència per la veu de la mare, que és la que ha sentit més durant l'embaràs. Igualment pot discriminar molt aviat l'olor del pit i coll de la mare en relació amb una altra persona. Des de les primeres setmanes és capaç d'imitar una cara davant seu, obrint i tancant la boca i traient la llengua.

Tot això provoca un gran flux de percepcions i informacions que li venen des de l'exterior i també impressions internes a les quals el nen no pot donar resposta. Per exemple, la sensació de gana o d'estar incòmode perquè s'ha embrutat: sent el malestar, el dolor fins i tot, però no pot fer res per evitar-ho. És allò que hem anomenat discordança de maduració: el nadó humà capta moltes més coses que qualsevol altre animal, però no hi pot donar resposta. Aquest fet implica un augment de la tensió interna que, per una banda, és necessària per desenvolupar les seves capacitats però que pot convertir-se en perillosa si és excessiva, si no troba la resposta de l'adult en forma de protecció, alimentació, abric, etc. El nen no pot desfer-se d'aquesta sobrecàrrega de tensió a través de la motricitat o l'acció sobre el món extern. És l'entorn qui ha d'assegurar aquesta funció. La lentitud en la seva maduració neuromotriu fa que el nen en depengui i, per tant, l'ambient familiar l'influirà fortament. A través de les atencions que rep, el nen sent consol i confort.

A partir dels estímuls afectius va adquirint consciència de si mateix i del seu cos amb sensacions agradables i sentiments de confiança bàsica. La relació amb l'altre és tranquil·litzadora i positiva.

Però quan el nen no rep les atencions que necessita, tant des del punt de vista biològic (aliment, calor, neteja) com psicològic (consol, protecció, afecte), la relació amb si mateix i amb els altres queda malmesa. D'aquesta manera, els sentiments que perduraran són: "l'altre és perillós, produeix dolor, no li tinc confiança o deu ser que jo no m'ho mereixo". A causa de

l'angoixa causada des del començament de l'existència per la inseguretat radical, les experiències que constitueixen el psiquisme humà són la de satisfacció i la d'indefensió.

Des de l'inici de la vida, amb la seva inseguretat radical, el nounat se sent aclaparat per sentiments de desemparança i busca desesperadament el contacte amb allò que el salva, l'alimenta i el protegeix. D'aquí ve el concepte de narcisisme primari. En l'àmbit extern i descriptiu, és una reacció egocèntrica del nen, una forma de funcionament mental rudimentari i primitiu que nega l'existència independent de l'altre com a defensa davant de la solitud i el desemparament. Això fa que el nen consideri inicialment la figura materna com a part d'ell mateix, una continuació de l'estat fetal. Primer físicament i més endavant psicològicament, el nen es pot comportar com un petit tirà, plorant rabiosament si la mare no complau immediatament les seves demandes.

Però la realitat es va imposant ineludiblement i a l'infant no li queda cap més remei que acceptar que ell no és el centre del món, que existeixen els germans, els altres nens de la llar d'infants, els adults. Així ha d'anar superant de grat o per força aquesta etapa egocèntrica. És d'aquesta manera com a partir de l'angoixa del nadó per la seva indefensió i de la primera reacció defensiva de l'egocentrisme, l'ésser humà s'adona que necessita els altres per sobreviure, la seva companyia, afectivitat i comprensió. Aquí és on comença l'etapa de la socialització per tal d'aprendre a guanyar-se l'acceptació de l'entorn i la seva aprovació.

La socialització

És un període fonamental en la construcció de la personalitat i la base d'allò que es convertirà en la convivència.

Es produeix quan el nen ha d'anar superant el narcisisme primari en contacte amb la realitat: els altres, els adults no són una possessió seva, no sempre responen a les seves demandes, van per lliure. Encara més, l'egocentrisme s'esquerda. Els iguals tenen les mateixes necessitats, els germans també voldrien ser fills únics i els companys de la llar d'infants reclamen igualment l'atenció de la mestra.

L'infant ha d'aprendre altres estratègies per tal d'aconseguir l'atenció de l'adult. Davant de la por a la soledat i a l'abandó, l'únic recurs per ga-

rantir la presència de l'altre és obtenir la seva estimació i adquirir els valors que el fan estimable. L'amor és la garantia que no serà arraconat. Aquí comença la tasca de l'educació. En últim terme, allò que fa és ensenyar a l'individu a conviure, a portar-se bé per ser acceptat socialment. Seria l'origen de l'ètica en el sentit més kantià del terme: respectar l'autonomia i la llibertat de l'altre per tal de promoure el bé propi i l'aliè. Fer possible la convivència.

Però si el narcisisme primari no ha estat ben instaurat i el nen no ha percebut en el seu entorn aquest amor incondicional, és com si no hagués estat ben alimentat i s'hagués quedat amb gana per sempre... El narcisisme primari evoluciona patològicament en narcisisme secundari. Si el primari és una etapa normal del desenvolupament humà que ha de ser superada amb l'evolució madurativa, el secundari és un procés defensiu i destructiu perquè es basa en l'autoengany per tal d'evitar el sentiment d'insignificança, de no ser important per als altres. Haver rebut amor és condició indispensable per estimar-se a si mateix.

La persona que no ha rebut aquesta atenció afectiva incondicional, absolutament necessària en els primers mesos de vida, és com si patís una manca de reconeixement, seguretat de no estar sola, de ser estimada, acceptada i valorada, i aquesta mancança l'haurà d'anar compensant i superant al llarg de la seva vida.

I si no pot per les circumstàncies en què es desenvolupi el seu creixement, li fallarà la seguretat en si mateix i l'autonomia. Correrà el perill de seguir mantenint situacions de dependència infantil que el poden portar a la recerca permanent d'aprovació i reconeixement per part dels altres.

En situacions molt negatives, una criatura que en néixer es troba en un entorn ja no mancat sinó fins i tot hostil, per tal de sobreviure pretendrà que el món està a la seva disposició incondicionalment i li serà molt difícil de tolerar la frustració; fàcilment basarà la seva personalitat en una il·lusió feta de mentida i autoengany i buscarà d'obtenir tot el poder possible per a sotmetre els altres, invertint les regles de joc al seu favor com a venjança per la seva submissió infantil i amb mancances.

L'itinerari de la possibilitat d'estimar els altres comença, doncs, amb l'angoixa del nadó per la seva indefensió i la necessitat de la cura, la protecció i l'afecte de l'entorn. A partir d'aquí, el nen aprendrà, amb esforç, a

compartir perquè és necessari per viure en el seu grup social i si s'ha sentit estimat, podrà progressivament, però amb treball, atènyer un estadi superior com és estimar gratuïtament.

I si no ha estat estimat, o no suficientment, corre el perill de quedar-se atrapat en aquesta mancança i seguir dos camins: o bé convertir-se en una persona dependent que no evoluciona cap a una llibertat personal madura i necessita sempre els altres per sobreviure emocionalment o recórrer al camí de l'autoengany per tal de no acceptar la seva privació i construir un edifici d'autosuficiència i falsa autonomia que ha d'apuntalar contínuament menyspreant les seves necessitats afectives i les dels altres.

Però si la persona es reconeix com a necessitada, pot encetar el camí, difícil però summament enriquidor, d'aprendre a estimar i estimar-se temps i deixant-se guiar per les pròpies necessitats que el faran sensible i acollidor a les necessitats dels altres. Estimant els altres, senzillament, gratuïtament, sense xantatges emocionals, aprendrà a estimar-se a si mateix.

Però, i quan ens estimem malament, que és tan freqüent? La persona que és molt rígida amb ella mateixa i ho és també amb els altres...

Però les persones que s'estimen poc només poden estimar poc als altres.

Quan l'amor a si mateix és escàs em busco a mi mateix en les relacions, busco autoafirmació, autoestima... No busco l'altre, em busco a mi mateix en l'altre. Llavors el que anomenem amor en realitat és un egoisme civilitzat. En el fons, qui importa soc jo, no l'altre.

I si ja és difícil conviure i acceptar les persones del nostre entorn social, les persones que ens trobem pel carrer i no coneixem de res?

Tenim tanta por a la integració de gent d'altres cultures! Per què es percep espontàniament l'estranger com un perill i a vegades inclús com un enemic? Perquè quan ens trobem amb l'estranger no és amb ell sinó amb la nostra imatge d'ell i en aquest sentit amb nosaltres mateixos, amb els nostres aspectes vulnerables, pobres, diferents, necessitats.

Ens preocupem només de les nostres pors o també de les pors que veiem en els ulls dels forasters?

La política, tant en l'àmbit europeu com en l'àmbit global, ha de ser una altra cosa que el simple braç executor del mercat i de la tècnica.

El perdó

En el tema del conuiuere hi ha un apartat interessant, necessari, en el qual tots hi tenim alguna cosa a dir. A favor i en contra.

Tothom té alguna cosa per perdonar, amb raó o sense. A vegades m'han fet mal volent o sense voler. Altres vegades han ferit la meua sensibilitat.

En el nostre món hi ha molta agressivitat i violència. L'agressivitat provoca i justifica la violència i la violència provoca odi. És un cercle viciós que el perdó trenca. Sense perdó el món no té rostre humà i deixa de ser el reflex de la creació.

Perdonar no significa reprimir, fer com si no hagués passat res, tractar d'oblidar perquè es vol tenir pau. Això no és perdonar i tampoc és una solució. Quan algú pateix una injustícia, un dany, una agressió, queda emmagatzemada en la memòria i en el cos. No és fàcil oblidar. El perdó no és aquest candor que ho disculpa tot, que està disposat a creure-ho tot i a esborrar-ho tot. Tampoc és la debilitat que eludeix el debat, que fuig de la realitat sense convenciment i sense autèntica vinculació: debilitat que no té coratge per discutir. Tot això són caricatures del perdó.

És difícil perdonar, en nosaltres hi ha alguna cosa que vol aferrar-se a la ferida i al rancor justificat. És com un tresor fosc que jo protegeixo. L'altre m'ha ferit i d'aquí no em vull moure. I és que a vegades actuar malament és tan fàcil, tan atractiu, criticar, sentir-se superior, deixar-se portar per la ira. Tenim un punt de gaudi, no es tracta únicament d'impotència, no ho puc evitar quan em deixo portar per la malvolença. Hi ha com un impuls a dins que fomenta la maldat, una fascinació. Per una banda, ens costa de controlar-ho, però tampoc no ho volem...

El rancor es pot deure al fracàs. He fracassat en alguna cosa i busco un culpable, amb raó o sense.

Perdonar significa optar per la vida. Perdonar és un acte de valentia de la persona conscient que es vol desfer de la fascinació del mal.

No perdonar ens empobreix, ens encapsula. Refreda el nostre món afectiu. Donem voltes a un cercle fet de rancor, autocompassió i menyspreu.

Perdonar, sobretot als pares, als superiors, als que estan per sobre nostre, pot ser una labor interior autèntica i dura. És un procés llarg i que s'ha de practicar. No n'hi ha prou amb dir "el perdono". Això és dir "el vull perdonar", que està molt bé, però psicològicament és un procés més

complicat perquè la rancúnia rebrota, encara que no ho vulguem... Voler perdonar és treballar amb la força de voluntat, amb el cap, però el cor ha de col·laborar. I això demana temps.

La convivència en la família

La família és la primera base en què es desenvolupa la capacitat de convivència de la persona.

Els psicoanalistes Donald Meltzer i la seva dona Marta Harris van elaborar el 1976 un treball encarregat per les Nacions Unides, “El paper educatiu de la família”, on expliquen les funcions emocionals dels diferents membres de la família en un sentit ampli: els pares, els fills en les diverses edats, però també els avis i d’altres membres que puguin estar sobreafegits.

Aquest treball continua sent vàlid malgrat els canvis en les estructures familiars. Avui s’ha de parlar dels diferents models de família: la clàssica formada per pare, mare i fills, i també les famílies reconstituïdes, les monoparentals, les homoparentals... però el paper educatiu de la família continua mantenint la seva vigència.

Els autors mostren com totes les famílies són una entitat carregada d’emocions de tot tipus, positives i negatives, que es va desenvolupant al llarg de molt temps. I com que tot creixement implica patiment es passa per moltes vicissituds, desequilibris i reequilibris segons els esdeveniments externs que es van succeint i com s’hi van adaptant o se’n van defensant els diferents participants.

Aquestes funcions emocionals generen una atmosfera que tots respiren i sol ser inconscient perquè és l’habitual i s’hi està acostumat. Crida molt l’atenció quan un membre de la família, per exemple un fill, fa una estada en l’àmbit d’una altra família, d’un amic o per qüestió d’estudis i llavors s’adona de característiques pròpies de la seva família que fins aquell moment li havien passat desapercebudes. Pot ser la manera de viure, de generar o de manifestar l’enuig, el ressentiment, l’agressivitat, l’afecte... En definitiva, com s’ha estructurat la convivència.

Funcions emocionals que es desenvolupen en el si de la família

En qualsevol família es despleguen una sèrie de funcions emocionals que ajuden o, al contrari, frenen o impedeixen els aprenentatges bàsics per

convertir-se en una persona adulta i madura. Aquestes funcions es poden donar de manera sistemàtica, com una característica de la família, o circumstancial, segons les diferents etapes que es travessen.

Una característica important és que les pot dur a terme qualsevol membre de la família, infants i adults, creant un clima que tots respiren i a tots influeix, a cadascun segons la seva personalitat i situació pròpia.

Això desmenteix la idea freqüent que la influència passa de pares a fills de manera unidireccional. I, en canvi, un fill amb un caràcter difícil o problemàtic pot crispar i trastornar tota la família. I viceversa, un fill positiu i dialogant pot salvar molts esculls penosos.

La convivència en el si de la família pot promoure la capacitat d'estimar.

Es dona aquesta funció quan en una família domina un clima d'afectivitat, protecció i respecte. Acceptar i ajudar l'altre a ser ell mateix. Acollir i estar obert sense prejudicis.

També es pot donar la paradoxa que una família molt afectuosa i protectora afavoreixi la dependència i que els seus membres només es trobin bé entre ells... Es tracta d'aconseguir el difícil equilibri que la família doni protecció però també temps i espai propis perquè els seus membres siguin autònoms.

El psicoanalista anglès Winnicott deia que els pares no han de ser massa bons, sinó suficientment bons... en el sentit que cal que siguin també ells mateixos i es puguin equivocar en la seva manera d'actuar. Oferiran un model real que els fills podran contrastar amb altres models que es vagin trobant a la vida.

En altres famílies, hi ha autèntica estimació però no hi ha l'hàbit del diàleg i, com que les coses no es parlen, a vegades poden establir-se malentesos entre els diferents membres.

I un factor de molta ajuda en aquesta funció emocional de promoure amor en el si de la família és justament el diàleg. Que hi hagi un espai i un temps en què tothom pugui expressar les seves idees i opinions sense por que el facin callar, el renyin o el ridiculitzin.

Però a vegades, la convivència en el si de la família no promou la capacitat d'estimar sinó que estimula reaccions d'odi.

Hi ha famílies que funcionen generant ressentiment i rancúnia. És inevitable que la convivència d'un grup de persones de diferents edats, sexe i

personalitat, malgrat els llaços de sang, provoqui discussions, contrarietats o irritació. La frustració és ineludible i normal, però segons com es gestioni provocarà agressivitat i com que les habilitats destructives són, per naturalesa, més fàcils que les constructives, es generen o bé actituds hostils o bé dependència i submissió al membre més agressiu que es converteix així en líder.

Aquest és un funcionament que es pot donar amb una relativa freqüència en la família quan hi ha un membre més dominant, violent o irritable: la resta de la família s'hi va sometent gradualment perquè plantar cara de manera continuada resulta esgotador.

Altres vegades es genera un clima combatiu contra les maneres de pensar o d'actuar amb les quals no s'està d'acord i el pitjor és que no es fa únicament amb atacs directes sinó de manera més subtil, fent que l'altre se senti inadequat, pobre o equivocat.

Una altra funció de la família en la seva convivència seria la de motivar l'esperança. Es tracta d'estimular una atmosfera de confiança. Promoure desitjos, il·lusions, arriscar posicions de seguretat, desplegar vitalitat, animar l'afany de conèixer...

Tot individu i tot grup té en el seu interior forces constructives que tendeixen a fer créixer psíquicament, estimar, gaudir, i d'altres de destructives que impulsen a dividir, envejar o atacar.

Per tal de tirar endavant amb salut mental, aquestes forces han de mantenir un equilibri que es pot alterar degut a situacions vitals traumàtiques a les quals tothom està exposat: una malaltia, una mort, un fracàs professional, etc.

El fet de fomentar i mantenir l'esperança és una qualitat de l'atmosfera familiar que pot promoure algun dels seus membres enfront de situacions desestabilitzadores: comunicar el desig de tirar endavant malgrat les dificultats, estimular l'afany de coneixement i les habilitats, desplegar la vitalitat i els recursos...

Es pot donar també en aquelles famílies en què es valora que els seus membres s'atreveixin a fer activitats poc usuals, encara que a vegades facin patir: pot ser el noi o la noia que degut al seu interès per la música els estudis li van més coixos o que s'entrega en cos i ànima a iniciatives polítiques, ecològiques o de voluntariat. O que els adults tinguin les seves aficions i s'hi lliurin amb passió...

O tot el contrari, la família pot estimular una convivència que generi desesperança. Caure en el pessimisme i els sentiments d'impotència, trobar-ho tot malament, criticar i ridiculitzar qui té una visió positiva de la realitat... tot això enverina l'atmosfera del grup familiar i encomana un sentiment de desesperança i d'inutilitat.

Mantenir actituds pessimistes degudes a sentiments d'impotència i que porten a la destructivitat: "No val la pena lluitar, no hi ha res a fer."

Comportaments rígids, tancats, encallats en les pròpies opinions i criteris.

Contenir el patiment. Aquesta és una funció que pot exercir un o més membres de la família i que es posa de manifest sobretot quan es donen situacions negatives com poden ser malalties, problemes econòmics, laborals, relacionals, etc. És una funció molt important de cara a les seqüeles nocives que poden comportar situacions traumàtiques, especialment als nens com a membres més vulnerables.

Té la característica que és una acció tan positiva que ajuda tant al qui la practica com als qui la reben. Seria estar a la vora del qui pateix, simplement estar a la vora, acompanyar.

No és gens fàcil suportar el patiment de l'altre ni ajudar-lo a fer-hi front. Moltes vegades es cau en la temptació de voler donar consells o receptes que en el fons no és res més que una manera de defugir l'afflicció atordint amb consells de bona fe quan potser el que necessita el que pateix és temps i companyia.

Suposa un gran aprenentatge per a la convivència.

Generar angoixa. És una manera de veure la vida en negatiu, i no únicament en moments de crisi, sinó de manera habitual, anticipant desastres i creant un clima de perill enfront d'esdeveniments polítics, econòmics, socials o familiars.

Es genera angoixa en una família quan algun dels seus membres veu sempre el futur com una amenaça pels esdeveniments del seu entorn proper o llunyà i a més ho escampa sense tenir en compte el mal que pot fer als membres més vulnerables.

A més de crear un clima de por i de perill, té el risc de paralitzar les funcions d'aprendre a viure de manera autònoma i madurativa. Influencia molt les formes de convivència posteriors.

Impulsar mentides i confusió. És una funció especialment nociva per a l'organització familiar. Hi han famílies que amaguen secrets que tothom

més o menys intueix però que no se'n pot parlar perquè és com una mena de tabú.

D'altres famílies viuen instal·lades en la mentida i el cinisme. La veritat no té cap valor i es menysprea la qualitat ètica de la vida familiar.

Afavorir el pensament. És la funció de buscar la veritat i afrontar-la. Es tracta, per una banda, d'estar obert a la realitat interna posant paraules a les emocions i adonant-se dels propis estats d'ànim sense enganyar-se ni defugir-los, siguin positius o negatius.

I per altra banda, escoltar també la realitat externa: analitzar, criticar, jutjar. És una funció que dona llibertat i autonomia. I és bàsica per a la convivència.

De la mateixa manera que la funció de crear mentides genera en el si de la família i en cada un dels seus membres un estat de confusió que paralitza els intents de creixement i maduració, la funció d'ajudar a pensar dona seguretat i fortalesa.

Totes aquestes funcions es donen contínuament en qualsevol família, habitualment i en temes molt quotidians. Els membres de la família es van intercanviant els papers positius i negatius segons els diferents moments de la seva evolució. En etapes serenes, quan el clima és optimista és més fàcil generar amor i fomentar esperança. En els moments difícils és ben normal estar irritable i agressiu, pessimista o angoixat. Però les funcions de contenir el patiment i ajudar a pensar o bé crear mentides i confusió són més estructurals i afecten als fonaments de la família. I influiran en la futura capacitat de convivència dels seus membres un cop s'hagin independitzat.

Utilitzant un símil arquitectònic, es podria comparar la família a una casa que pot tenir goteres, necessitar una mà de pintura o canviar la instal·lació elèctrica. Però és molt diferent quan hi han esquerdes en els fonaments que posen en perill l'estructura de l'edifici. I aquestes últimes funcions de contenir el patiment, ajudar a pensar o crear mentides són estructurals en una família.

Bé, hem vist com la convivència suposa un aprenentatge llarg, que no s'acaba mai. Per això en dic un camí ple d'aventures...

Pot fer créixer el millor d'un mateix: estimació, gratuïtat, solidaritat, generositat, compassió...

I també el pitjor: egoisme, agressivitat, odi, indiferència...

Podem triar quin camí volem agafar. És un camí que dura tota la vida.

I aquí podríem acabar. Però hi ha molta gent que ens diem cristians, és a dir, seguidors de Jesús de Natzaret, i ell, cap al final de la seva vida, ens obre un horitzó nou: “Estimeu-vos els uns als altres tal com jo us he estimat.”

Estimeu-vos els uns als altres tal com jo us he estimat

Estima l'altre com a tu mateix. Aquesta és la base de la convivència. D'acord. Però això és possible? O només per a persones molt excepcionals?

Efectivament, és impossible que jo estimi l'altre tal com Jesús ens ha estimat, però si aquest amor m'és donat i jo només l'he de transmetre...

Això és una altra cosa. Només es tracta de creure's en profunditat que Déu és amor i la font de tot amor i m'estima. L'únic que he de fer és obrir-me perquè entri l'amor de Déu. Perquè això sí, som lliures per acceptar-lo o no. Com diu l'Apocalipsi 20: “Mira, soc a la porta i truco. Si algú escolta la meua veu i obre la porta, entraré a casa seva i soparé amb ell, i ell amb mi.”

Però si jo m'obro per rebre l'amor de Déu, la primera part del cabal és l'amor que Déu em té i la segona part es vessarà cap als altres. És la mateixa aigua que vessa de la mateixa font. Quan el meu cor està tancat es converteix en un mar Mort, tan salat que no hi pot viure res ni en ell ni a la seva vora. Però quan el cor s'obre de manera que hi pot penetrar l'amor de Déu, l'aigua continua el seu curs i es converteix en el mar de Genesaret, ple de vida, que rep aigua fresca i l'entrega.

Efectivament, és impossible que jo estimi l'altre com Jesús ens estima. Però si l'amor m'és donat... això ens diu Jesús, que siguem absolutament transparents i oberts a l'amor de Déu perquè pugui passar a través nostre fins als altres.

Trobo que és molt difícil ser conscients que Déu m'estima tal com soc. Ens ho han dit moltes vegades, ho hem sentit de mil maneres. Però és difícil ser-ne conscient realment, en profunditat.

Hi ha un text de Tony de Mello que reflecteix exactament el que vull dir:

Jo he tingut unes relacions bastant bones amb el Senyor. Li demanava coses, parlava amb Ell, el lloava, li donava gràcies... Però sempre vaig tenir la incòmoda sensació que Ell desitjava que el mirés als ulls... i jo no ho feia. Li parlava, però desviava la mirada. Sempre mirava a una altra banda. Tenia

por. Pensava que en els seus ulls trobaria una mirada de retret, alguna exigència, que hi havia alguna cosa que desitjava que fes... Al final, un dia, em vaig armar de valor i el vaig mirar als ulls. No hi havia ni retrets ni exigències. Els seus ulls només em deien “T’estimo”. El vaig estar mirant fixament molta estona. I allà continuava el mateix missatge. “T’estimo”. I com Pere, vaig sortir fora i vaig plorar.

Aquest escrit expressa molt fidelment l’estat de la qüestió de les nostres relacions amb Déu. Com diu sant Agustí, “El nostre cor estarà inquiet fins que descansi en Tu”. En últim terme, si busquem a Déu és perquè tenim gana. Com el fill pròdig. Torna a la casa del pare perquè s’ho ha gastat tot i té gana. Som així de primaris... Però sempre el mantenim a una certa distància. Ens limitem a una relació bastant bona. Li demanem coses, parlem amb ell, el lloem, li donem gràcies... però mantenim les distàncies.

Aquest impuls de defugir Déu no és gens conscient. Però, en canvi, l’impuls cap a Déu s’ha de cultivar.

La nostra resistència a Déu s’instal·la en l’apatia, en l’activisme: tenim tantes coses a fer, tantes ocupacions, tantes obligacions... No tenim temps per estar una estona al dia en silenci per escoltar-lo.

Mantenim Déu a una distància segura.

Deixar-se estimar per Déu

Estimar Déu. Ho hem sentit milions de vegades. Però ens podem enganyar tan fàcilment. En canvi, deixar-se estimar per ell...

Com podem captar que Déu ens estima? Al primer capítol de l’Evangeli de Lluc, al relat de l’Anunciació, l’Àngel diu a Maria: “Alegra’t, Maria. Ets plena de gràcia. El Senyor és amb tu.” Aquest és el tema: això ens ho diu a cadascú de nosaltres. Primer perquè ens ha donat la vida que és un regal immens, i després perquè som aquí perquè Déu ens invita a col·laborar amb ell.

Si hem nascut en un temps determinat, en un lloc determinat, en una família concreta és per alguna cosa. Tot està tan ben travat en l’univers...

És com quan quan profunditzes una mica en el funcionament del cos humà, per exemple: tot té tan sentit i està tan coordinat, el fetge, els ronyons, el cor, el cervell..., doncs igualment en un cos més ampli d’una família, d’una comunitat, d’una ciutat, d’un temps: hi han persones que són mans per fer, o ulls per veure i guiar o orelles per escoltar.

Quina és la nostra missió en aquest món tan complex?

Potser avançar pel camí ple d'aventures de la convivència?

Les nostres vides, en el millor dels casos amb dificultats, malalties, el dolor i la mort.

La situació mundial, arrossegats pel vendaval de l'anomenada globalització, quan la política mundial s'assembla cada vegada més a un desvalgut ostatge dels mercats i la tècnica, dels conflictes culturals i religiosos i dels genocidis ètnics.

Avui notem que tampoc la ciència i la tecnologia són aliades de l'home perquè estem davant d'una ciència biològica i una neurociència per a les quals l'ésser humà és un tros de naturalesa que s'ha d'experimentar.

Sobre nosaltres plou una espècie de cansament existencial, de melancolia col·lectiva i una certa resignació i impotència.

Tens la sensació que no pots fer res, tot et supera, però...

La convivència ve al nostre ajut. I no únicament la convivència amb les persones que tenim a la vora. Això més o menys ho hem après des de petits.

Sobretot en el descobrir, en el veure les persones que acostumem a excloure del nostre camp visual quotidià i que sovint són invisibles als nostres ulls, comença a insinuar-se la visibilitat de Déu entre nosaltres. És aquí on trobarem la seva petjada.

I nosaltres som creients. Déu no pot ser només el meu Déu. És també el Déu dels altres, de tots els altres tal com me'ls trobo pels carrers cada dia, el Déu dels qui arriben i dormen al carrer i demanen caritat i passen gana i es troben sols i s'ofeguen al Mediterrani. Són fills de Déu, fills del Pare al qual busco amb la meua pregària.

Això exigeix un exercici especial de veure-hi, una superació de les nostres dificultats innates per veure-hi més enllà del nostre narcisisme.

La compassió pressuposa una predisposició a mirar-nos i valorar-nos a nosaltres mateixos amb els ulls dels qui pateixen i estan amenaçats i a aguantar aquest intercanvi una mica més del que permeten els reflexos espontanis de l'autoafirmació del nostre jo.

Ens serveix l'espiritualitat? Perquè potser *espiritualitat* s'ha convertit en una espècie de paraula de moda, sovint sense contingut.

Mística, doncs? Aquesta és una paraula molt forta.

Cal diferenciar entre mística i espiritualitat religiosa. La mística expressaria una especial proximitat vivencial respecte a Déu. Dit així, la paraula no sona tan forta. Es tracta de buscar sincerament Déu i deixar-se estimar per ell.

Místics, però no exclusivament en el sentit d'una experiència espiritual individual sinó en el d'una experiència de solidaritat espiritual. És una mística que busca rostres, que s'avança a anar a l'encontre dels que pateixen, a veure els rostres dels desgraciats i de les víctimes. Aquesta mística de la compassió no s'orienta exclusivament cap endins sinó que busca en el tracte amb els altres una situació cara a cara, una experiència mística i política a la vegada. Una fe buscadora de justícia.

La nostra religió és peculiar. I provocadora. Benaurats els que ploren. L'esperança cristiana no és una varietat d'optimisme a tot preu, no està gaire allunyada de la tristesa. Es mou entre la tristesa i la confiança. Ens hem ficat al cap la llunyania de la tristesa en una espècie d'il·lusió cristiana de plenitud en un intent de compensar les pors no confessades amb una espècie d'hiperafirmació, una cosa així com un xiular en mig de la foscor. Però amb la incapacitat de plorar corre paral·lela la incapacitat de deixar-se consolar i experimentar aquest consol d'una altra manera que com una vaga promesa.

Una manera de veure sense l'obligació d'una percepció crítica, una actitud voyeurista respecte a les greus situacions de crisi i de dolor en el món. Ens acostumem a les crisis i a les misèries. Ens hem acostumat a situacions de pobresa en el món que semblen cada vegada més estabilitzades. A veure la misèria massiva que clama al cel o que ja ni tan sols clama perquè fa temps que s'ha quedat sense poder parlar i sense somnis. En un món que creix cada vegada més ràpid, els pobres són les víctimes o els ostatges de les oligarquies sense misericòrdia.

Be, hem anat recorrent aquest camí ple d'aventures que és la convivència.

Hem començat parlant del valor incalculable de treballar per la convivència en aquest nostre món. Hem parlat de la convivència amb un mateix, de la dificultat del perdó, de l'aprenentatge de la convivència en el si de la família, de la nostra incapacitat d'estimar com Jesús ens estima però també de l'obertura a deixar-se estimar per Déu... Que això vol dir ser místics...

Potser per a nosaltres, creients, treballar la convivència ha de ser, utilitzant una expressió del teòleg alemany Johann Baptist Metz, ser místics amb els ulls oberts...

Efectivament, és un camí ple d'aventures. Que ha d'arribar als altres.

Bibliografía

- ARENDT, H. (1958): *La condición humana*. Barcelona: Paidós, 1993.
- ARISTÓTELES (s. IV aC): *Ética a Nicómaco*. Madrid: Alianza Editorial, 2001.
- ERIKSON, E. (1968): *Infancia y Sociedad*. Buenos Aires: Hormé Paidós, 1974.
- FAIRBAIRN, W. D. R. (1994): *Estudio psicoanalítico de la personalidad*. Buenos Aires: Hormé, 1978.
- FRANKL, V. E. (2000): *Psicoanálisis y existencialismo*. Barcelona: Herder, 2003.
- FREUD, S. (1912): *Tótem y Tabú*. Madrid: Biblioteca Nueva, 1973.
- FROMM, E. (1956): *L'art d'estimar*. Barcelona: Edicions 62, 2008.
- KANT, E. (1797): *Metafísica de las costumbres*. Madrid: Tecnos, 1994.
- MELTZER, D., HARRIS, M. (1976): *El paper educatiu de la família*. Barcelona: Espaxs, 1989.
- METZ, J. B. (2011): *Por una mística de ojos abiertos*. Barcelona: Herder, 2013.
- ROGERS, C.: *El proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires: Paidós, 1979.
- SCHMITZ-MOORMANN, K. (1997): *Teología de la creación de un mundo en evolución*. Madrid: Verbo divino, 2005.

COL·LECCIÓ “LLIÇÓ INAUGURAL”

Títols publicats:

1. *Accés a Déu i societat d'avui*. J. M. Rovira Belloso
2. *Món intern i transcendència*. Jordi Font i Rodon
3. *Pensament cristià i ètica*. Gaspar Mora i Bartrés
4. *Cultura cristiana i compromís polític*. Fernando Álvarez de Miranda
5. *La missió de l'Església en el món*. Salvador Pié
6. *L'Església i la ciència: de Galileu als nostres dies*. Joan Busquets Dalmau
7. *Experiència estètica, experiència ètica i experiència religiosa*. Pere Lluís Font
8. *Els grans reptes del segle XXI*. Joan Esquerda Bifet
9. *El progrés: de la ciència a la teologia*. David Jou
10. *Evangelis i sentit de la vida*. Josep Oriol Tuñí
11. *La Bíblia i les ciències humanes*. Armand Puig i Tàrrrech
12. *Per què crec?* Jordi Porta i Ribalta
13. *Opinió pública i veritat*. Lluís Foix
14. *Cap on anem? Vers una nova consciència laïcal*. Francesc Torralba Roselló
15. *El Misteri de Déu*. Josep M. Rovira i Belloso
16. *El bé es fa present a través de l'amor*. Ignasi Salvat S.I.
17. *Aproximació a les idees de justícia i solidaritat*. Josep Maria Esquirol
18. *El diàleg interreligiós com a pràctica de l'amor*. Antoni Matabosch
19. *La poètica de Joan Maragall*. Ramon Pla
20. *El diàleg com a eina de transformació personal i comunitària*. Sebastià Taltavull
21. *El Vaticà II. Concili de la modernitat*. Josep Maria Carbonell i Abelló
22. *El compromís amb els pobres. Entranya de la saviesa*. Rafael del Río Sendino
23. *Amor, bellesa i transcendència*. Carles Torner
24. *La felicitat i el temps*. Josep Maria Esquirol Calaf
25. *Celebrar per donar gràcies*. Ramon Prat i Pons
26. *L'IREL i la societat*. Manuel Lladonosa i Vall-llebrera
27. *La convivència, un camí ple d'aventures*. Marta Trepà i Secanell



Amb el suport de

