Pregaria.cat

Entrada

Si pica sana



Per LauraR el dj., 31/10/2024 - 08:00

Aquesta dita popular, òbviament referida només a les ferides superficials, és una proposta ben positiva: motiva a suportar la incomoditat de la coïssor amb l'esperança de la curació. Així, deixem de gratar la ferida facilitant la cicatrització que, en un cos saludable, és un procés automàtic.

I resulta ser una màxima inspiradora si l'apliquem al nostre esperit. Fixem-nos.

El nostre ego, en els inevitables frecs amb la realitat, també pateix bastant sovint esgarrapades superficials que li causen picantor. Com en el cas del cos, sabem que donar voltes empitjora la ferida i per evitar-ho normalment ens diem "no hi penso més, ja passarà" i en efecte, amb el pas del temps el malestar de l'ego passa, i acaba no passant res. Però aplicant la nostra dita popular, si després d'una esgarrapada l'ego "pica", en lloc de distraure's deixant que el temps posi tiretes, podem fer que passi quelcom nou. Si escollim no defugir la coentor, aquesta ens sana. En l'interior humà res no succeeix automàticament sinó per elecció o per do. Per exemple: Si l'ego pica perquè en la interacció social es percep poca cosa, aquesta picor, no és símptoma de desinflamació? Menys inflor ajuda a percebre els altres i la realitat tal i com són.

Si pica perquè algun dels propis defectes s'ha fet palès, senyal que s'estan desfent les resistències internes que impedien ser conscient de la pròpia vulnerabilitat, acceptar-la obre a la benvolença i fraternitat dels altres...

Si pica per…no ho defugis, posa atenció i obre't al que se't presenta i acull-ho. Encara que, durant un temps, cogui.

Com sempre, també aquí cal discerniment, perquè potser en algunes ocasions sí que convé simplement esbargir-se i deixar que passi el temps.

En lectures, trobades i reflexions personals abundem en consideracions i queixes sobre el narcisisme actual. El reconeixem com el llast de la nostra societat que està a l'arrel de moltes injustícies i patiments, però no per parlar molt d'ell l'estem neutralitzant. En canvi, aquest exercici quotidià en les petites circumstàncies que estan al nostre abast, te el poder real d'alliberar-nos, de mica en mica, dels límits del propi ego i connectar-nos amb els altres i la realitat. És una potent, discreta, lenta però segura eina que ens humanitza.

El "si pica sana" de la dimensió corporal pot reformular-se, en la dimensió espiritual ,"si pica i ho aculls sana".