

## ESTILS



## Més de 190 festes i celebracions religioses i civils, recollides en un calendari interreligiós

Per 15è any consecutiu l'Associació Unesco per al Diàleg Interreligiós ha editat aquest calendari excel·lentment il·lustrat. El tema transversal d'aquest 2015 és el d'una pràctica molt antiga i sempre popular: "Pelegrinatges, pels camins del sagrat". Com en les edicions anteriors,

aquest calendari recull les festes principals de quinze tradicions religioses, creences i conviccions, així com també les celebracions civils catalanes i internacionals més importants, acompanyades de textos explicatius. Trobareu més informació a [www.audir.org](http://www.audir.org).



# La insípidesa: inici i retorn de tots els possibles

## Acostumats als estímuls artificials ens costa acceptar l'autenticitat i qualitat de tot el que és insípid

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

**P**otenciar els sabors i ressaltar l'espectacularitat dels fets és una de les característiques de la cultura contemporània, amb tots els desajustos que això comporta. És un exemple més de com les manifestacions exteriors i interiors estan vinculades: a mesura que necessitem més sals i sucres en la nostra dieta, més depenem alhora d'esdeveniments impactants, més sensorialistes que sensorials. Ens acostumem als sòlids i líquids (no en direm aliments) processats, on els additius i els potenciadors de sabor modulen la nostra percepció gustativa, de la mateixa manera que consumim un imaginari processat, fet d'opinions i valors de carcassa il·lustrada, de pirotècnia i orquestra, en definitiva, d'efectes especials que, com les ingestes de quantitats de sals i sucres diàries, ens allunyen de la condició natural.

### Imparcialitat i acceptació

Els processos lents, el silenci i la insípidesa es veuen amb suspicàcia, quan no són directament un insult. Com una bola de neu que va creixent, l'estrès que comporta aquesta artificiositat dels esdeveniments s'agreuja amb l'excés del consum de sals i sucres, ja de per si estimulants. Si a més tenim en compte que tant l'espectacularitat com els potenciadors dels sabors provoquen dependència, ja que tendeixen a anul·lar la voluntat i l'autonomia d'elecció de qui els consumeix habitualment, els

desajustos es fan evidents. Un alarmanant desequilibri intern (nutricional, psicològic) i extern (social, ecològic, etcètera).

A ningú li sembla estrany que els metges recomanin reduir el consum de sals i sucres per mantenir una dieta equilibrada. Però si veiem aquest vincle entre interior i exterior, si entenem que les sals i els sucres afegits formen part d'una cultura que valora l'artifici per sobre de la naturalitat, podem concloure que el canvi és molt més profund que una simple modificació de la dieta, amb una dimensió molt més general, on la nutrició hi està inclosa, però no n'és la finalitat. El que se'ns demana, progressivament, és un elogi de la insípidesa com a mecanisme per desfer-nos d'aparences i dobles morals. La insípidesa despullada de prejudicis i d'estigma, és a dir, no entesa com a manca de sabor (com ens assegura aquell gran compilador i modelador de prejudicis culturals: el diccionari).

### No aferrar-se a les coses

De fet, és el centre de tots els sabors, allà on entenem plenament, és a dir, experimentem amb els sentits (i no només de forma teòrica), què vol dir desaferrar-se i quins efectes ens produeix. La relació entre insípid i no aferrar-se és tan nítida que en xinès s'expressa amb la mateixa paraula (*dan*), com explica François Jullien al seu llibre *Elogio de lo insípido* (Siruela). D'aquesta visió mil·lenària que ha afectat la política, la psicologia, les arts i l'espiritualitat, en la seva obra Jullien escriu: "La qualitat de la insípidesa es desplega en tots els sentits. Per princi-



## Arrenca el 850è l'aniversari d'Ibn Arabi

El 17 i 18 de gener el Centre d'Estudis Cristiàisme i Justícia acull *Ibn Arabi en diàleg amb el pensament i les arts*, dedicat al místic musulmà. La nit del dissabte es clou amb un concert de música sufí i la del diumenge amb la pel·lícula *En busca de Muhyiddin*. Consulteu el programa a [www.ibnarabisociety.es](http://www.ibnarabisociety.es).



## La cita de la setmana

*"Despertant al propi sentir ens fem responsables de nosaltres mateixos, entrem en una experiència directa i única, sabem que estem vius, veiem en nosaltres mateixos allò que ningú, mai, podrà descobrir per nosaltres"*  
Sergi Torres



GETTY IMAGES

pi, és indiferent a les fronteres: per construir el valor del neutre, la insípidesa es troba en el punt d'inici de tots els possibles i fa que es comuniquin. Com el gust insípid, el mèrit del qual consisteix a no estar limitat per una determinació particular i, consegüentment, es pot transformar de manera infinita, el tema de la insípidesa es renova en la cultura xinesa sense deixar-se acotar, i es beneficia de cadascuna de les escoles (confucianisme, taoisme, budisme) per expressar un ideal comú en les diferents arts".

**CONSCIÈNCIA D'ARA**  
Cada dijous.  
I la setmana que ve:  
**Els beneficis d'escriure a mà**

### Efectes alliberadors

Si necessitem un lema, podríem dir que el sabor ens lliga i la insípidesa ens deslliga. "La interioritat capaç de copsar la insípidesa del món recobra en aquell mateix moment la quietud i la serenitat. Quan la consciència ja no es deixa atrapar per la diversitat dels sabors i sap percebre

la indiferenciació essencial que ser- veix de fons a totes aquestes dife- rències, el món torna a trobar-se disponible, desapareixen les focalit- zacions i els bloquejos, s'anul·len tant les sobre- determinacions del de- sig com els entre- bancs i tot coopera espontàniament i de bon grat", refle- xiona Jullien. Al mateix temps l'au- tor ens alerta que no es tracta d'una moral de solitaris que viuen retirats del món, ja que, tradicionalment, la lliçó ha servit per a la cul- tura xinesa també en el pla polític i de gestió social.

### Balança equilibrada

"A mesura que cap sabor ens atreu més que un altre, ni està privilegiat respecte a un altre, mantenim la balan- ça equilibrada i deixem que la lò- gica inherent a l'existència es desen- volupi espontàniament. Només la preferència és font de desordre i en- fosqueix la transparència dels pro- cessos naturals. El governant que sembla igual d'insípid per a tothom,

gràcies al seu desaferrament interi- or, pot renunciar a qualsevol inge- rència, preservar la immanència re- gularadora i fer que regni la pau", es- criu Jullien. Una virtut que comen- ça en un mateix, passa per la família i arriba al pla social, ja que la cohe- rència pràctica va per sobre dels dis- cursos i els estaments teòrics.

### Les arts tradicionals xineses

Les arts tradicionals xineses, com la pintura, la música, l'escultura i la poesia, també són un bon reflex d'aquesta interiorització de la insípidesa, un aspecte que estudia Jullien al llibre: "Pintors reconeguts com Ni Zan (s. XIV) van pintar paisatges sense voluntat de seduir ni de retenir la mirada o forçar l'atenció del qui ho mira. No obstant això, aquest paisatge existeix plenament com a tal. Un paisatge monòton que conté en ell mateix tots els paisat- ges, on tots es fonen i es dissolen".

Per tot això, la nostra capacitat per recuperar-nos, adaptar-nos i desenvolupar-nos positivament davant les circumstàncies adverses troba en el cultiu de la insípidesa un aliat immillorable. Com ens va deixar Confuci: "El Tao de l'home de bé és insípid, però no cansa".

# Lideratge interior

## Opinió

LAIA MONTSERRAT  
PSICÒLOGA I ESCRITORA

**F**a ja anys que a les elitistes esco- les d'enginyers de França es van incorporar programes per humanitzar els estudis... i tam- bé els alumnes. La qüestió era clara: els enginyers en sortien capacitats a nivell tècnic, se'ls posava en llocs direc- tius de responsabilitat i fracassaven. Aquest fracàs es devia a la manca de re- cursos i habilitats en el domini del que el doctor Goleman va anomenar la intel- ligència emocional.

Les demandes que se li fan a un direc- tiu són múltiples, però estan lligades in- destriablement a la seva personalitat. El model d'empresa que veu els seus líders com a tècnics d'alt nivell i els porta a viure tan sols aquest aspecte de la seva per- sonalitat està cada vegada més abocat al fracàs.

No ens podem permetre un model d'empresa que estigui dirigit per persones que no estan bé amb elles mateixes. Un di- rectiu que no pot sentir-se tranquil, inter- iorment tranquil, està fent un esforç molt

**Reflexions**  
No ens podem permetre un model d'empresa que estigui dirigit per persones que no se senten tranquil·les

gran per mante- nir-se i corre el risc de *trencar-se*. I això implica un cost molt elevat. També implica molt de pati- ment, en primer lloc per a la mateixa persona i sovint per als equips, que han

de suportar situacions emocionalment difi- cils de gestionar, per culpa d'un lideratge ineficaç o massa crispat (que acaba sent el mateix).

Es busca estar al dia en les innovaci- ons, en les noves tecnologies o es busca cuidar el cos, però cal aprendre també a cuidar l'esperit, cal cuidar la persona de manera global. Especialment als líders, perquè ells i elles imprimeixen un carà- ter als equips, un clima laboral i social dins de tota l'empresa.

Avui en dia les tècniques extretes de la meditació aporten unes eines imprescindi- bles al lideratge. Aporten gestió de l'estrès, que no relaxació, aporten valors i ètica, és a dir, tranquil·litat interior per fer la feina ben feta. Què pot ser millor que crear em- preses amb valor social i econòmic on es pugui liderar sense perdre l'ànima? —