

RESUM DEL LLIBRE “BIOGRAFIA DEL SILENCI”. Pablo d’Ors

El desig de llum, produeix llum.. Hi ha veritable desig quan hi ha esforç d’atenció.

Encara que durant anys aquests esforços d’atenció puguin semblar completament estèrils, una llum exactament proporcional a aquests esforços, inundarà l’ànima. Cada esforç, afegeix una mica més d’or a un tresor que res ni ningú del món pot sostreure.

Simone Weil

La simplicitat del mètode (seure, respirar, silenciar els pensaments...) i sobre tot la simplicitat de la seva pretensió (reconciliar a l’home amb el que és) em van seduir .

Seure sense fer res més, era quelcom tan aliè a la meva formació i experiència com, per contradictori que sembli, connatural amb el que en el fons jo era. Una cosa em deia que la meditació silenciosa em conduiria a trobar-me a mi mateix. Gràcies a seure, respirar i res més, podia erradicar el meu egocentrisme, no gràcies a la lluita i la renúncia, com havia après de la tradició cristiana, si no per la del ridícul. Tot egocentrisme mostra la seva ridícula en el silenci i la quietud. La pura observació, és transformadora. No hi ha arma més eficaç que la atenció.

Jo respirava harmònicament però la meva ment em bombardejava amb sentiments de culpa, desitjos no complits, errades, èxits... quedar-se en silenci amb un mateix és molt més difícil del que sembla. Resultava gaire be impossible estar amb mi mateix, escapava permanentment de mi. Estava en un territori poc freqüentat. Calia voluntat per esclarir el molt de fang que trobava, però finalment l’aigua es va anar esclarint i va donar pas a veure plantes i peixos, que quan més s’observen, permeten descobrir una flora i una fauna variades i d’una vida exuberant.

Jo no sabia qui era. Havia viatjat molt, llegit milers de llibres, tenia una agenda amb moltíssims contactes, estava convençut que quantes més experiències tingués i quan més intenses i fulgurants fossin, més aviat i millor arribaria a ser una persona en plenitud. Avui, se que no és així: la quantitat d’experiències i la seva intensitat, només serveix per atordir-nos. Mes aviat acostuma a ser perjudicial. No estem fets per a la quantitat si no per a la qualitat. L’ànima humana, només s’alimenta be, si el ritme del que se li ofereix, és pausat. Al fons de l’oceà de la consciència, es poden veure els peixos i les plantes, quan el mar és en calma. Però sovint preferim les onades i les tempestes. I amb més calma, ja només es veu l’aigua, el que és essencial. Avui se que convé deixar de tenir experiències, siguin del gènere que siguin, i limitar-se a viure, deixar que la vida s’expressi tal qual és i no omplir-la amb artificis. Les nostres experiències acostumen a competir amb la Vida i aconsegueixen desplaçar-la, àdhuc anul·lar-la. La veritable Vida és al darrera del que anomenem vida. No viatjar, no llegir, no parlar, tot això gaire be sempre és millor que el seu contrari, si volem descobrir la llum i la pau.

En la meditació, és fàcil distreure’t. El que és difícil és saber quina classe de distraccions tens. I estar atent a les pròpies distraccions és més complicat del que sembla. Doncs intentant memoritzar-les, per reconèixer-les, acabes distraient-te. Vaig poder reconèixer i nomenar les distraccions i així, després d’un any i mig, vaig saber el nivell al que havia arribat en la meva pràctica meditativa. Tot i així, per acurat que fos, al menor contratemps, podia claudicar. Raons sempre n’hi ha: dolor de genolls, la pèrdua de temps doncs els treballs se m’acumulaven, la manca de resultats...la resistència a la pràctica, és la mateixa que la resistència a la Vida. Vaig perseverar, inexplicablement . I és que si la força d’un ideal pot ser gran, la de la realitat, quan estem davant d’ella i es palpa, és misteriosament molt més gran. Em vaig centrar en el que era

més determinant: el silenci. Va ser una autèntica revelació. El silenci és el marc i el context que possibilita tot el demés. I què és tot el demés? La sorpresa és res. Res en absolut: la vida mateixa que transcorre. Es clar que també podria haver dit "tot". Per a mi, home de mentalitat occidental, va ser una conquesta comprendre i començar a viure, que jo podia estar sense pensar, sense projectar, sense imaginar, sense rendir i aprofitar el temps: un estar al món, confonent-me amb ell, un ser del món i el món mateix. Tot això ha vingut acompanyat d'alguns signes com el progressiu amor a la natura, la necessitat de retirar-me alguns dies en soledat, una disminució de la lectura, una major cura de l'alimentació, noves amistats...

La meva impressió és que he estat jo el que ha caminat en aquesta direcció, acompanyat pel meu mestre interior. I així, quan més t'asseus a meditar, més vols tornar-hi. Estar en contacte amb tu mateix, present en el meu present, em sembla el més important de tot. La meditació ens concentra, ens torna a casa i ens ensenya a convida amb el nostre ser. Sense aquesta convivència, veig molt difícil, per no dir impossible, una vida que pugui qualificar-se d'humana i digne. He d'acceptar, que a la meva vida encara hi ha molta recerca, el que vol dir que encara hi ha poca acceptació. I molt em temo que quan hom busca, és que refusa el que te. Ara be, tota recerca autèntica acaba per tornar-nos a portar on érem.

M'ha costat quatre dècades entendre que l'home comença a viure en la mesura que deixa de somiar amb ell mateix. Quan més es familiaritza un amb la realitat, sigui quina sigui, millor. Així com el nen que aconsegueix a muntar en bicicleta quan es submergeix a fons en l'activitat, i en canvi cau quan es para a considera si ho fa be o malament, així ens passa a nosaltres. Quan comencem a judicar els resultats, la màgia de la vida es dissipa.

La meditació ensenya a submergir-se en el que s'està fent. Quan menjo, menjo; quan prego, prego,... amb aquest esperit, no només es gasta menys energia, si no que hom surt reconfortat. Sempre he sabut quan un escrit meu estava inspirat, és fàcil descobrir-ho: els inspirats son aquells que he escrit oblidat de mi mateix. Crec que per escriure, com per a viure o per estimar, no cal forçar, si no més aviat deixar anar, no retenir si no desprendre's. L'amor, és pura i planament confiança. La meditació és una disciplina per a incrementar la confiança. Es la pràctica de l'espera. Aquesta espera o confiança, no utilitària i gratuïta, es transforma en una cosa netament espiritual. Seure per a meditar, és una qüestió de fe. Medito per a tenir fe en la meditació. Assegut i inactiu, comprenc millor que el món no depèn de mi. Veure això és molt sa, ens col·loca en una posició molt humil. Poso la imaginació al meu servei i deixo de estar jo - com un esclau - al seu. La atenció, em va anar conduint a la descoberta i a l'encant. Tant més creixem com a persones, quan més ens deixem sorprendre pel que succeeix, és a dir, quan més nens som. La meditació, ajuda a recuperar la infantesa perduda. Si tot el que visc i veig no em sorprèn, és perquè ho he sotmès a algun prejudici o esquema mental. Però per això cal entrenar-se. Només podem ser feliços quan percebem el que és real. El meu gos, viu intensament cada segon i un bon company, al menys en això m'agradaria assemblar-me a ell.

Un dia, veient una posta de sol, vaig tindre la sensació que no era jo el que estava allà, el genoll que sempre em feia mal, ni el notava, àdhuc em feia gràcia que ho acceptés sense resistir-me a ell. En realitat era jo el que no era el mateix. Vaig tornar un temps després, les condicions eren aparentment iguals, però no va ser el mateix. La felicitat, és essencialment percepció. Si ens limitéssim a percebre, arribaríem al que som. Quan més es medita, més s'afina la percepció i la sensibilitat. La mirada es neteja. L'oïda s'afina. Tot sembla més brillant i senzill.

Aquí he de fer un parèntesi obligat, per a fer un comentari important: l'experiència d'unitat que es fa als nuclis de voluntaris o als Focolars, també porta a aquest estat de coses. El perdre el jo

de cadascun, tot fent-nos un amb l'altre, fent-nos com nens, genera una realitat nova que l'anomenem Jesús en mig, per la llum i els beneficis espirituals que dona.

Res en aquest món és estable. Tot canvia. També nosaltres. Aquesta mutabilitat, és una bona notícia, doncs demostra que els pensaments son més aviat poc fiables, mentre que les persones son fiables en un grau molt superior. Dividint, separant i oposant-nos, és con ens allunyem de nosaltres mateixos. Un lleó engabiat, no és un lleó, si no un lleó engabiat; que es molt diferent. Quan més veiem la nostra radical mutabilitat i la nostra interdependència amb el món i els altres, fins al punt de poder dir "jo soc tú" o be "jo soc l'univers", tant més ens acostem a la nostra identitat més radical. Per conèixer-nos, cal doncs, no dividir o separar, si no unir. Amb la meditació he descobert que no hi ha jo i el món, si no que jo i el món son una mateixa i única cosa. Una conseqüència natural d'això, és la compassió cap a tot ésser vivent: no vols fer mal a res ni ningú, perquè t'adones que, si ho fas, et fas mal a tu mateix. Tot el que fas als altres t'ho fas a tu. Meditant, he descobert el misteri de la unitat. Sigui per peresa o per por, tendim a quedar-nos quiets. Vivim, si, però sovint estem morts.

He descobert que tot sense excepció, pot ser una aventura: escriure, una amistat, fer el llit, rentar els plats. Així, el que és ordinari, pren un caràcter aventurer. Si es mira be, tot pot ser nou i diferent. Participar d'aquest canvi continu que anomenem "vida", fer-se u amb ell, aquesta és la única promesa sensata de felicitat. Fer meditació és adonar-se que qualsevol estat d'ànim, és fugisser. S'apren a no voler anar a cap altre lloc del que s'està, però plenament.

La veritable felicitat, és quelcom molt simple i a l'abast de tothom: només cal aturar-se, callar, escoltar i mirar. Per tant, meditar no és difícil; el que és difícil, és voler meditar. Ser conscient és contemplar els pensaments. La consciència, és la unitat amb un mateix. Tots els pensaments i idees, ens allunyen de nosaltres mateixos. Som, el que queda quan desapareixen els nostres pensaments. Mai aconseguim aturar-los, però si que podem perdre l'aferrament a ells. El secret és viure intensament el que tenim entre mans aquí i ara. Somiar, no és meditar. Somiar és escapar-se. El problema es que els nostres somnis ens agraden molt. Vivim ebris d'idees i ideals. La realitat, pot ser absurda o excessiva, però mai defrauda. La naturalesa del somni, en canvi, és la decepció. La realitat, no fuig, som nosaltres que ens volem escapar d'ella. L'amor romàntic sol ser molt fals. L'amor autèntic, no espera res de l'altre. En el romàntic, si. Això ha causat grans desfetes i infelicitats. L'amor de parella, requereix d'una extraordinària i infreqüent maduresa. El ésser estimat, no és aquí per a retenir-lo, atemorits per a no perdre'l, si no per viure la alliberadora aventura de perdre's junts. L'existència que discorre prenent i repudiant, és esgotadora. Es possible viure sense imposar a la vida les nostres preferències i aversions. No imposar a la realitat les meves filies o fòbies; permetre que la realitat s'expressi i la puguem contemplar sense les ollerres de les nostres aversions o afinitats. Es tracta de tenir el nostre receptacle quan més net, millor. Veure tot, sense la òptica de les meves pretensions. L'òptica del "per a mi". No hem de voler que el món es plegui a les nostres apetències, no hem de manipular les coses per a que ens complaguin. Aquesta violència que no s'atura ni tan sols del mal aliè, és la que ens destrueix. "M'agrada i no m'agrada"; és així com acostumem a dividir el món. Aquesta classificació no solament és egocèntrica, si no que és radicalment empobridora i injusta. El que no ens agrada, també te el seu dret a existir. Fins i tot pot convenir-nos. Hi ha aquella dita d'una dona sabia: "Ve, el que convé. I li diuen: "I per què saps que convé?". I respon: "Perquè ve". Viure be suposa estar sempre en contacte amb un mateix. Un escriptor, no és escriptor quan crea la seva obra, si no sempre. La meditació s'ha de valorar pels fruits que dona. Medito per a que la meua vida, sigui meditació, per a que la meua

meditació sigui vida . No aspiro a contemplar, si no a ser contemplatiu, que és el mateix que ser sense anhelar.

Tinc un espai per a fer la meditació. El respecte i miro que sigui harmònic. Faig una lleu inclinació quan hi entro, un signe de respecte cap a el lloc on treballa la meva aventura interior. El respecte és per a mi, el primer signe d'amor. El zen educa en el respecte a la realitat, doncs la considera misteriosa. Per a ells no hi ha distinció entre el profà i el profà.

Què és el que reverencio a la meva vida? Què o qui és el meu Déu o els meus ídols? El prestigi professional? El compte bancari? El confort i el benestar? Les postracions existencials son les que de veritat compten. No cal jutjar, només cal observar, la simple observació és ja eficaç pel canvi. Diu Simone Weil que, la observació, l'atenció és la mare de totes les virtuts. Guanyariem molt si en comptes de jutjar les coses, les afrontèssim. Seria un primer pas per transformar-nos. Més del 80 per cent de la nostra activitat mental es irrellevant i prescindible. Encara més: és contraproductiu. Es saludable pensar menys i fiar-se més de la intuïció. Sovint reflexionem per a trobar un motiu que justifiqui la nostra inacció. No es bo pensar en excés. El pensament ha d'anar precedit d'un acte de voluntat, això és el que el fa humà. Quan més omplim el nostre cap de paraules, tan més hem de meditar per a deixar-la neta. Cal despertar el Mestre interior que portem dintre i deixar-ho parlar. En el fons, tots som més savis del que pensem, perquè en el fons tots sabem be el que s'espera de nosaltres i el que hem de fer. El Mestre interior només ens recorda el que ja sabem, ens posa davant l'evidència per a treure'ns un somriure. Aquest somriure es infinitament més eficaç que qualsevol censura o reprimenda. Mirar i somriure, vet aquí la clau de la transformació. Tristesa i desgracia, son també pel nostre creixement. Cal acceptar-los, veure el costat bo i agrair-ho. No es espontani somriure davant l'adversitat, però és el més intel·ligent i sensat. Reaccionar al dolor amb animadversió és la manera de convertir-ho amb sofriment. Lliurar-se a ell, és la manera de convertir-ho en menys desagradable. El que ens fa patir, son les nostres resistències a la realitat.

Sempre tenim un dilema, quedar-me amb mi o allunyar-me de mi.

Per a mi la atenció em sembla un treball, en canvi la distracció em sembla un descans. Això te una causa molt clara: la creença que perdent els meus fantasmes, em perdré jo. Però ells no son jo; ells son precisament el que menys de mi mateix son. Avui se, i ho dic amb tan orgull com humilitat, que connectar amb el propi dolor o el dolor del món, és la única forma demostrable de derrocar el principal dels ídols, que no és altre que el del benestar. Per assolir aquesta connexió amb el dolor, cal fer exactament el contrari del que ens han ensenyat: no corre, si no parar; no esforçar-se si no abandonar-se; no proposar-se metes, si no simplement estar. El dolor és el nostre principal mestre. La lliçó de la realitat, només l'aprenem amb dolor.

No és el món que ha d'ajustar-se als nostres desitjos, si no els nostres desitjos a les possibilitats que ofereix el món. La meditació és una escola d'iniciació a la vida adulta. Quan menys som, més volem tenir. La meditació, en canvi, ensenya que quan no es te res, es donen més oportunitats al ser. Convé d'una vegada per totes deixar de desitjar coses i acumular-les. Cal obrir els regals que la vida ens fa, per gaudir-los. Quan més acumulem i desitgem, tan més ens allunyem de la font de la felicitat. Quan més s'observa a un mateix, més s'ensorra el que creiem que som. Cal mantenir-se en aquest estat i suportar-ho, fer-se amic d'ell.

En realitat, no hi ha problemes. El veritable problema son els nostres falsos problemes. Podem ser feliços. Hem cregut que els nostres problemes érem nosaltres, i per això ens costa tan abandonar-los. Tenim por de perdre'ns, però és que ens hem de perdre. Quan no ens agafem a res, volem!. Tot problema no és més que una idea que jo tinc sobre una determinada situació.

La situació no és el problema. El problema és la meua idea sobre la situació. Tan punt abandono la idea, el problema desapareix. N'hi ha prou de no tenir idees sobre les coses i situacions per a ser feliç. La fórmula el prendre's les coses cam son i no com ens agradaria que fossin. No hem de nedar contracorrent. En realitat, no cal ni nedar, només cal obrir-se de braços i deixar-se portar. Qualsevol lloc que et porti, és bona per a tu: això és la fe. Tu ets el principal obstacle. Deixa d'obstaculitzar-te i comença a descobrir el món. Si penses que les dificultats que ens toca viure son oportunitats que el destí -amic – ens ofereix per a créixer, no veuríem tot d'un altre forma? Tan bon punt donem la benvinguda al patiment, aquest es desmunta, perd el verí. És sempre afrontar directament el problema que amagar-se. Tenim inclinació a pensar que el problema és a fora: la culpa la te...

Es meravellós veure els grans canvis que produeix la quietud més absoluta. Silenci i quietud, son dos elements que faciliten la interiorització.

El reconeixement de la nostra vulnerabilitat, aquest fer evidents les nostres flaqueses, és una forma molt eficaç de fer front al culte a la nostra pròpia imatge. Parlar de la nostra vulnerabilitat, es la manera que els altres ens puguin conèixer millor i, per tant, estimar-nos.

L'atractiu que avui te la sexualitat, és justifica pel poder del ara. Els amants son l'un en l'altre, en un present etern en que els cossos i les ànimes es lliuren. L'experiència pot ser tan intensa, que no permet fugues al passat ni al futur. Aquest és el seu encant. Quan ens lliurem, res ens resulta pesat, tot ens sembla lleuger. Qualsevol activitat realitzada concentradament, és font de gaudi. Per això, un artista o un escriptor no s'esforcen quan pinten o escriuen. La virtut de l'escriptor, radica en estar lliurat allí, quan el llibre s'escriu. Al que no medita li agrada viure amb emocions, en canvi el qui medita, prefereix viure sense elles. A la vida, no cal afegir-li res. Realitzar una tasca, pot ser un alliberament. Una convalescència pot ser viscuda com una temporada de vacances. La amargura o la dolcesa, no depèn de la realitat, si no de nosaltres. Cap carrega és meua si no soc jo qui me la poso a l'esquena.

Meditant, veiem que el camí és observar la ment. Perquè mentre s'observa, la ment no pensa, i així acabem amb la tirania de la ment que és la que em distancia a mi del món. Un altre camí és fer-se u amb la respiració. Així, s'arriba a la unió amb el propi esser. I així, sovint descobreixo que m'he escapat de mi i estic en un altre lloc, i he de tornar.

Podem dir que la meditació és un mètode espiritual, per a desemascarar falses il·lusions. En gran mesura ens inventem els nostres estats d'ànim. Som nosaltres els responsables de estar be o estar malament. Si ens ho proposem, nosaltres som molt més poderosos que les nostres emocions. Podem crear l'estat d'ànim que desitgem. Els escriptors sabem que el que brolla de la ment neix mort. El que si viu, és el que brolla d'un fons misteriós, que anomeno " jo autèntic". És aquest espai el que intentem freqüentar a la meditació. És com un escenari buit. Però aquest buit, és la mostra identitat més radical, doncs no és un altre cosa que pura capacitat d'acollida. Meditar és recrear-se en aquest, "jo soc", per alimentar la compassió.

Ens decebem perquè la realitat no s'ajusta a la idea que ens havíem fet. Per tant, el que decep son les idees prefixades que tenim. El descobriment de la desil·lusió, és el nostre principal mestre- Tot el que ens desil·lusiona ens ensenya. Perdem la vida esforçant-nos per ajustar-la a les nostres idees i apetències, àdhuc després de molt de temps de fer meditació. En principi, fabricar il·lusions no és bo, a menys que estiguem disposats a perdre-les. Sovint patim perquè ens donem de front contra un mur, que hem construït nosaltres mateixos.

Sempre estem buscant solucions. Mai aprenem a que o hi ha solució. Però si no hi ha solució, tampoc hi ha problema, o que ambdues coses son la mateixa cosa. El millor que es pot fer quan hi ha un problema, és viure-ho. El més trist no és morir, si no morir sense haver viscut. Qui ha viscut, està disposat a morir, doncs sap que ha complert la seva missió. Totes les nostres idees han de morir, per a que per fi, regni la vida. Fins i tot l'idea que tenim de la meditació. No es tracta de ser més feliç o ser millor (que això ve afegit), si no de ser qui ets. Veure que estàs be com estàs, això és despertar. La felicitat no és l'absència de desgràcia, si no consciència de ella. La desgràcia, és poderosa i fa estralls, si no coneixem la causa.

Hi ha quelcom d'especial a la meditació que et lliga a ella. No és fàcil saber de què es tracta. És com si haguéssim nascut per acompanyar la nostra respiració, per recitar lentament i continua una jaculatòria, amb l'esperança d'arribar algun dia a dissoldre'ns amb ella. El silenci és una crida impersonal a despullar-se de tot allò que no és substancial. Alguna cosa o algú, ens diu dintre nostre: calla i escolta. La promesa de la meditació és misteriosa. Np promet res: no gloria, ni poder, ni plaer... pot ser sigui una promesa d'unitat... Però crea addicció. Importa, el que el silenci vulgui dir-nos. Veure's un mateix de veritat, és fascinat i divertit. Es tracta de saber estar aquí i ara, d'una pràctica de re unificació, de reunió. Però costa molt baixar a les profunditats on resideix la saviesa. El silenci i la quietud, son el camí més directe cap al nostre interior. Però requereix temple i determinació. Per decidir-se a seure, fa falta molta humilitat, paciència, constància, determinació i no prendre's molt seriosament a un mateix. Tenir un grup amb qui reunir-se és un tresor. Trobar algú al que li resulta indiferent el que pensis d'ell, atreu molt, perquè és al que som cridats: a l'oblit d'un mateix. Cal controlar l'ego, que ens porta a on no som, a no ser autèntics. Posar-se al davant d'una persona autèntica, rejuveneix i il·lumina. Sovint no els cal emprar termes ètics o morals, si no més aviat fenomènics, donen pistes per a treballar o un horitzó al que tendir. Quan caic, em mostra amb elegància que és molt millor estar dret, i m'ensenya a riure'm de les meves resistències. Son els "mestres", persones que conjugues exigència i indulgència, entre humor i gravetat.

Quan hom es busca a si mateix, acaba trobant al món. Jo no canvio, o canvio molt poc. El que canvia és com m'enfronto amb mi mateix, i això és capital. Quan se'n van pensaments, sentiments, imatges i idees, què és el que queda? El que busques, i convé mirar-ho amorosament, sense cap pretensió. En el Zen es diu que el camí és la meta: El que és important és l'espera, la gota d'aigua que cau sobre la roca i acaba perforant-la. Els fruits de la meditació es perceben fora d'ella: major acceptació de la vida, acceptació dels propis límits, atenció, amor als animals i a la natura, una visió del món menys analítica i més global, apertura al que és divers, humilitat, confiança, serenitat,... la llista podria seguir.

La mirada al buit, et porta gradualment fora del temps. Això ens porta a estar al món amb una actitud receptiva, no possessiva, respectuosa, no violenta. Aquests canvis son visibles en el propi caràcter o temperament. L'ego, tot i que es resideix i tendeix trampes, es va dissolvent.

Una de les principals objeccions, és pensar que tota aquesta preocupació pel jo, no serveix per ajudar als demés. Pot ser us sorprendrà el que diré: la ideologia de l'altruisme, s'ha colat a occident per la via del cristianisme, però també pel humanisme ateu. Pel contrari, el budisme zen diu que la millor manera d'ajudar als altres és, ser un mateix. I també diu que és difícil per no dir impossible, saber que és el millor pels altres, doncs caldria saber qui és i estar a les seves circumstància. Creure que hom pot ajudar, és una mica presumptuós. Al Zen, s'ensenya a deixar als altres en pau, doncs molt poc del que succeeix és realment assumpte teu. Molt del nostre problemes comencen per ficar-nos a on no ens criden. Tot això pot semblar molt còmode, però res més lluny de la realitat. És més difícil del que sembla. Si ens hi fixem, son molt

poquel les persones que ens han ajudat de veritat. Al zen i al Taoisme en general, hi ha una singular preferència pel “no fer”. Estan convençuts de que la major part de les coses del món, funcionarien millor sense la intervenció humana, que rendeix a violentar el ritme natural o a crear efectes secundaris d’incalculables proporcions. Si volem aprendre a nedar, és millor que ens llancem a l’aigua, i no que ens quedem vora l’aigua pensant si ens fem o no. Sempre és més intel·ligent llençar-se a l’aventura. Som a la vida, visquem-la! N’hi ha prou voler alguna cosa amb intensitat, per aconseguir-la. Res hi ha tan indestructible com un home convençut. Quan hi ha fe, cap obstacle és massa gran. “La teva fe, t’ha salvat”. La meditació enforteix la fe, però ha d’estar disposat a lliurar-lo tot. No és egoisme estar ocupat en les teves coses més essencials, es tracta de responsabilitat, doncs hem de respondre del que ens ha estat donat davant del tribunal de la nostra consciència, del que deixarem al món abans d’abandonar-lo. La vida és un viatge esplèndid, i per a viure-la, només cal evitar una cosa: la por. Per a viure, cal acceptar el risc. Crec que la meditació s’ha inventat per ajudar-nos a viure d’una altra forma i per a erradicar la por. O al menys per a encarar-la i acceptar-la. Es pot viure sense barallar-nos contra la vida. Per què hem de plantejar-nos la vida com un acte de combat en comptes d’un acte d’amor? Així, la vella personalitat, es trenca, i comença a néixer una nova. Meditar és assistir a aquest fascinant procés de mort i renaixement. Sempre que rebem un embat fort a la vida, som cridats a renéixer a reinventar-nos. La meditació fa que puguis ser feliç, sense aconseguir allò que més desitges. Tots podem desitjar coses, però sabent que la nostra realització humana, no depèn de que les aconseguim. Fa que entenguem que sempre succeeix el que ha de passar. El que succeeix és sempre el millor del que podia haver succeït. El devenir és molt més savi que les nostres idees i plans. Pensar el contrari, és un error de perspectiva i la causa última del nostre sofriment. Patim perquè pensem que les coses haurien de ser d’una altra manera. Quan abandonem la pretensió, deixem de patir. Quan deixem d’imposar els nostres esquemes a la realitat. La realitat deixa de presentar-se adversa i se’n fa propensa. Per això, el camí de la meditació és el “desapego”, el de la ruptura dels esquemes mentals o prejudicis, és un anar-se despullant, fins que s’acaba comprovant que se està molt millor despullat. Estem tan enganxats als nostres punts de vista, que si ens miréssim amb objectivitat sentiríem vergonya i fins compassió per nosaltres mateixos. El món te greus problemes per resoldre i el ser humà està empantanat amb problemes minúsculs que posen en relleu la seva pobre i mesquina mirada. Tan més noble és el ser humà, quan més gran sigui la seva capacitat d’acollida. Quan més buits estem de nosaltres mateixos, més hi cabrà dins nostre. El buit de sí, l’oblit d’un mateix, és amb proporció directa amb l’amor als demés. Crist i Buda, són en aquest sentit, els models més significatius que conec.

La meditació és una manera de purgar els nostres enganxaments. És igual si s’avança molt o poc. Ho important és avançar sempre, donar un pas cada dia. La satisfacció no s’obté en una meta, si no en el camí mateix. Res és més fort que jo, si no m’enganxo a allò. Llavors, soc jo qui decideixo i això m’eleva a un grau de consciència superior a l’anterior. Dintre de nosaltres hi ha un espai en el que ens podem sentir segurs: una ermita, un amagatall pensat per aquest fi. Quan més entres, més descobreixes que no falta de res. Aquesta casa gran i preciosa, és el que som.

La meditació enforteix la necessària desconfiança en el món extern i la imprescindible confiança en el nostre veritable món. Seguim a la terra, però és com si no pertanyéssim a ella. Meditem per a ser més forts que la mort. Dins nostre, hi ha un testimoni. Sempre hi és. Meditar és donar-li entrada. I tard o d’hora es troba. Si el mirem, ell ens mira. Conviure amb ell, és més intel·ligent que ignorar-lo. Hi ha un jo autèntic, que mira a l’altre que és fals. Meditar és romandre en aquesta mirada sense pretensions. Algú – que soc jo – em mira (al jo aparent) i

algú – pot ser Déu – mira al jo que mira. No hi ha paraules per descriure-ho. Ens crida i ens atreu irremissiblement. És com si ens digués: “Soc la teva terra, la teva identitat... vine”. Llavors, comença un camí tortuós...fins que, se sobte, quan ens les prometíem felices, la meta desapareix, i tornem a estar desolats en terra estrangera. Hom aprèn que la terra promesa ets tu. No pots desesperar, doncs el tresor és dins teu i el portes sempre amb tu. En qualsevol moment et pots tornar a refugiar en ell. Viure, és transformar-se en el que un és. Quan ja no tens ni ets res, estàs per fi en llibertat. Així doncs, has de buidar-te de tot el que no ets tu. Només en el que està buit i és pur, pot entrar Déu. Som cridats a aquesta fecunda virginitat espiritual. La pregunta sobre la virginitat espiritual, la puresa de cor o la innocència primordial, és el que realment compte; totes les demás, son preguntes falses, falsos problemes. I és que vivim vides que no son nostres. Què ens ha passat per a viure tan malament? Empaito fites que en el fons no desitjo. Lluito per quelcom que m'és indiferent. Faig un viatge i no veig res. Me'n vaig de vacances i no descanso. Llegeixo un llibre i no me entero. Com pot ser que no em commoc davant d'un necessitat, que no respongui quan em pregunten, que miri cap un altre banda- i no estigui on de fet estic? Davant d'això, vull parar-me, a pensar , a respirar i néixer, si és possible, per segona vegada. NO estic disposat a creure'm el melic del món i a emmagatzemar per demà quan hi ha qui no te res per avui, ni a suposar que el meu és el millor... Resulta lamentable haver arribat a aquest punt d'inconsciència, d'insensibilitat i d'idiotesa. Per això, he decidit posar-me dret i obrir els ulls. Per això he decidit menjar amb moderació, dormir el necessari, escriure només per a fer millors als que em llegeixin, abstenir-me de la cobdícia i no comparar-me mai amb els meus semblants. També he decidit, pregar cada dia, reverenciar el que considero sagrat, escoltar la Paraula i celebrar l'eucaristia, donar la pau i cantar amb els altres. I passejar, trucar per telèfon als amics i familiars... La meditació o la maduresa, m'ha ensenyat a apreciar l'ordinari , ho elemental. Viuré per això des de la ètica de l'atenció i la cura. I arribaré a les velleses, des d'on contemplaré, humil i orgullós al mateix temps, petit gran hort que he cultivat. La vida com a culte, cultura i cultiu. Seure a meditar en silenci, és gaire be sempre, el millor que podem fer. Quan fa anys, tenia el desig de triomfar com escriptor, perdia la pau. Llavors em vaig adonar que, per gran que fora el triomf, jo sempre el consideraria insuficient. La meva felicitat, no podia basar-se en una expectativa tan poc fiable. El meu mestre interior, m'avisava que aquella era una carrera sense meta. A mesura que meditava, la motivació original es difuminava , i aparegueren altres noves: ser millor, viure i gaudir més de la natura, sentir-me un amb els altres... La meta avui, ja no és ser important o ser algú. Això, no te sentit, perquè ja soc algú i ja soc important.

He escrit aquestes pàgines, per augmentar la meva fe en el silenci. Per tant, el més sensat és que deixi ja les paraules i em llenci, confiat, a aquest oceà obscur i lluminós que és el silenci.

Pablo d'Ors

Carles