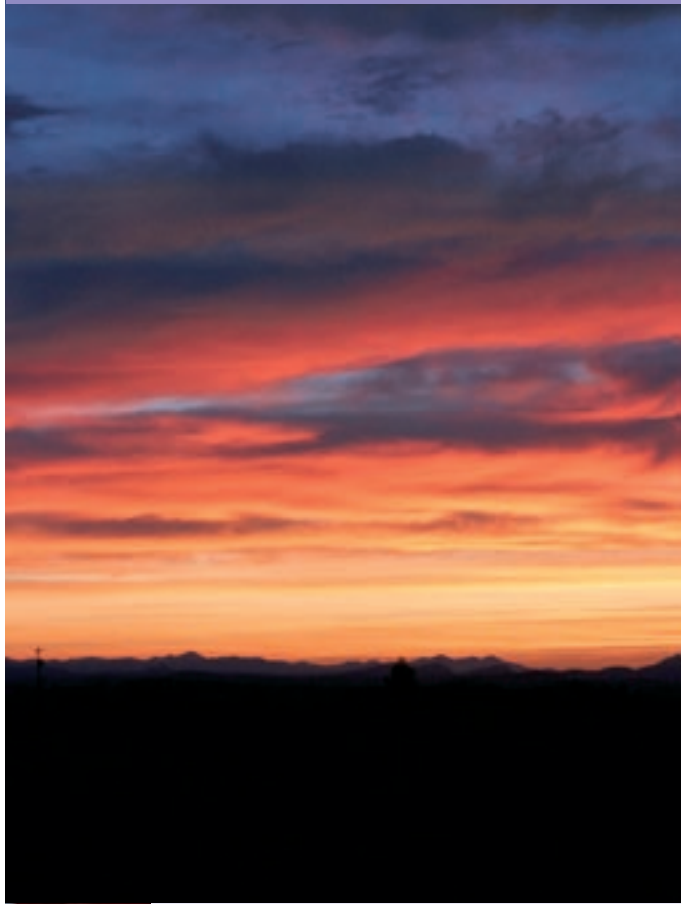


La llum és més fosca abans de l'alba



WILL HOLMES

Ramon Font Terrades

Advocat

www.ramonfont.cat

Deia Juan José Armas Marcelo a la novel·la *Los dioses de si mismos* (1989) que després de la tempesta sempre ve el cansament, la desbandada i els cops al pit i, durant un llarg període de temps, la lluita final s'acaba oblidant.

Òbviament, és una metàfora sobre la naturalesa cíclica de les lluites i els moments difícils, així com sobre la tendència humana a oblidar la lluita després que ha passat la borrascada. Però aquesta al·legoria m'ha portat a articular unes nímies reflexions personals, atès que considero que serveix per expressar el fet cert que un cop acabada una situació difícil, un cop passada la tempesta, no sempre es produeix la calma. La transició d'un moment dificultós a una època de tranquil·litat no és senzilla. En moltes ocasions, el que segueix a la tempesta no és un període de calma, sinó un període marcat pel cansament, la desorientació i els cops emocionals, que provoquen conseqüències que poden ser abrusadores i que, amb el temps, fins i tot poden fer perdre la perspectiva de la lluita que es va lliurar durant la tempesta. És un procés habitual que, sovint, s'esdevé en un cicle que implica diversos aspectes colpidors.

La intensitat de la lluita que s'ha lliurat pot deixar seqüeles profundes que es manifesten, primerament, en forma de cansament. El cansament posttempesta és l'evidència del fet que enfrontar-se a desafiaments difícils pot ser físicament i mentalment extenuant, atès que la gestió de les emocions negatives i les dificultats pràctiques pot consumir una gran quantitat d'energia. La tempesta representa una situació adversa o un període de crisi que requereix una gran quantitat de força i recursos per superar-la i, una volta enllestida, sol instal·lar-se la fatiga, que afecta la capacitat de mantenir una actitud positiva o la de respondre amb la mateixa resiliència.

Alhora, també sol produir-se la desbandada i una pèrdua de direcció o un sentiment d'aturada. A penes acabada la tamborinada, les persones es troben sense una ruta clara o un objectiu definit, i experimenten la sensació de desorientació o desorganització que acompanya els moments de crisi, com si haguessin perdut la seva brúixola interna. Aquesta falta de direcció fins i tot pot conduir a un estat de confusió i incertesa sobre què hauria de venir després. És una fase que pot ser especialment difícil, pel fet que les persones busquen recuperar-se i reconstruir les seves vides. És una desorientació que, a més a més, sol anar acompanyada de sentiments d'angoixa i incertesa sobre el futur, que encara afegeix una capa addicional de més dificultat.

Crec fermament en la resistència i tenacitat de les persones, i en la seva capacitat per afrontar de manera positiva les tempestes de la vida

Tanmateix, simultàniament també solen produir-se els simbòlics cops al pit, que representen les ferides emocionals i espirituals que poden perdurar molt temps després d'acabar-se el temporal. Són ferides que deixen cicatrius profundes i influeixen en la manera en què les persones veuen el món i es relacionen amb els altres. Són el símptoma del dolor emocional que persisteix –que sol ser una barreja entre penediments i sensació d'opressió o pesadesa–, i que produeix emocions negatives que afecten el benestar emocional. Així i tot, és una part inherent del procés de recuperació.

Amb tot plegat, la lluita final, que era l'objectiu que ho havia mogut tot, s'oblida o, si més no, queda enrere en la memòria immediata. És un oblit, una amnèsia que s'utilitza com a mecanisme de defensa, de protecció psicològica, per permetre a les persones continuar endavant amb les seves vides, sense el pes constant de les dificultats passades i que, en principi, hauria de ser només temporal. No obstant això, moltes vegades aquesta capacitat d'oblidar pot comportar conseqüències molt més negatives que les previstes, les quals poden anar des de la manca de reconeixement de l'aprenentatge o la manca de preparació per afrontar nous desafiaments, fins a l'abandonament definitiu de la lluita.

Aquestes breus reflexions personals cadascú les pot interpretar com vulgui. Amb tot, però, més enllà que siguin interpretades individualment en funció de moments o situacions complicades que hom pugui haver experimentat al llarg de la seva vida, opino que també s'ha de tenir en compte la interpretació com a fet col·lectiu que es produeix, a bastament, arreu. Un bon exemple d'això és el que hem viscut els darrers anys en aquesta nostra "pobra, bruta, trista, dissortada pàtria", com la descrivia en Salvador Espriu. I el que, suara, encara ens toca viure.

Això no obstant, malgrat el desencís al qual molts ens veiem abocats quan topem amb aquests atzucacs negatius, crec fermament en la resistència i tenacitat de les persones, i en la seva capacitat per afrontar de manera positiva les tempestes de la vida i encarar, amb coratge, aquesta narrativa de cansament, desbandada i cops al pit. En última instància les persones, com l'au fènix, tenim una gran capacitat de renèixer i som conscients que, quan arriba l'alba, clareja.