

**CONSCIÈNCIA D'ARA**  
Cada dijous  
I la setmana que ve:  
**Ostad Elâhi:**  
jutge, músici  
místic

## Estils



### L'ART DE LA DISCRECIÓ

La discreción o el arte de desaparecer del filòsof Pierre Zaoui és un elogi de la discreció en l'era de l'exhibició obligatòria.



El sacerdot dominic José F. Moratíel (1936-2006), va ser fundador de l'Escola del Silenci. FOTO

# Moratíel: ensenyar el silenci

El mestre dominic va preparar el terreny en un moment en què la necessitat del silenci encara no era tan evident com ara

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

Cada vegada més, s'entén que el mestre no imposa els coneixements, sinó que acompanya l'alumne en aquesta cerca conjunta i infinita, donant-li eines, proposant-li dinàmiques i estimulant-lo quan calgui. Un mestre, a més, que no s'estanca, en continu aprenentatge ell també. Aquesta figura de mestre, però, no té per què estar limitada a una institució educativa o dirigida a una edat determinada. Són mestres que no s'emmirallen en els seus ensenyaments, recíprocs i atents. Un d'aquests mestres va ser el místic musulmà del segle XII Abu Madyan de Sevilla, el qual va deixar una bonica definició del que ha de ser un mestre: "El mestre és qui et transforma amb la noblesa del seu caràcter, t'educa amb el seu silenci i il·lumina el teu interior amb la seva irradiació". Mestres d'esperit, fora d'aules, fora d'institucions reglades, on preval la relació directa i la transformació personal. El món de les religions està farcit de mestres que alliberen, però també, malauradament, de mestres que empresonen i ensorren. No sempre és fàcil veure'n les diferències, però amb el temps podem anar veient quin és el mestre que ens ajuda a trobar-nos a nosaltres mateixos, el que ens acompanya, i quin és el que només vol que el seguim a ell i les seves opinions, allunyant-nos cada vegada més d'un centre interior per esdevenir titelles del fals guia egocèntric. Per això quan algú

troba un mestre que encaixa amb la definició d'Abu Madyan, ho celebra i ho comparteix, perquè és un regal decisiu que canvia la vida.

#### El silenci, la veu més poderosa

Una d'aquestes persones amb mestre, agraïda de tenir-lo i contenta del fet que més gent el pugui tenir, és la també sevillana Alicia Martínez, biòloga i alumna des del 1999 del sacerdot dominic José F. Moratíel (1936-2006), fundador de l'anomenada Escola de Silenci. Una escola sense lloc, que es va anar escampant per tot el territori espanyol, i també llatinoamericana, gràcies al carisma encisador del mestre Moratíel, que ensenyava l'essència de la vida: el silenci. Per celebrar aquest mestratge al llarg dels anys, Alicia Martínez ha publicat ara el llibre *Enseñanzas del Silencio de Moratíel* (editorial Desclée de Brouwer), que es va presentar la setmana passada al CETR (Centre d'Estudi de les tradicions de savieses) de Barcelona, i on recull els apunts que aquesta alumna anava recollint durant els recessos amb el mestre, anomenats també "silencis" i que, com ella mateixa explica, "tenien pocs elements, bàsicament un horari on la major part del temps l'ocupava l'oració, o meditació asseguda. Portava unes fitxes de cartó amb cites de la Bíblia que havia escollit per compartir en aquella trobada...". I de què parlar quan es parla de silenci? Martínez diu que, com ja deia el mateix Moratíel, sempre parlava del mateix, no l'important repetir-se, perquè la repetició tenia un sentit molt especial: "Aquest tornar una vegada i una altra sobre el mateix, se'm feia com una carícia, però a la vegada era po-

**Escola**  
En el món de les religions, hi ha mestres que alliberen i mestres que empresonen

**Reflexió**  
"El silenci és un camí per a retrobar-se amb allò oblidat", deia Moratíel

tent, com una força imparabile. També tenia un altre sentit: no s'alimentava la ment amb massa contingut, ni amb disquisicions. Moratíel ens deia que si no sabíem veure la novetat en la vida, que si ens avorriem, era perquè estàvem distrets, perquè la nostra mirada no estava atenta".

Un altre mestre del silenci, Xavier Melloni, també present a la presentació d'aquest llibre i autor de la introducció, diu que Moratíel es va avançar a la seva generació: "Va preparar el terreny en un moment en què la necessitat del silenci encara no era evident. Diverses dècades abans, va senyalar aquell lloc, aquell estat interior que cada vegada ens sembla més imprescindible".

#### Estimar la solitud

Les paraules del dominic nascut a León però que va passar mitja vida a Pamplona, eren directes, endolcides amb poesia i mística, sense per això allunyar-se del cor de qui l'escoltava, cosa que el feia molt estimat allà on ensenyava. "Es millor estar atents al que fem, més que al que pensem i des d'allà, viure el que hi ha -explicitava concis-. No som el que veiem, no és bo confondre's amb els fantasmes, els dolors, etc. L'ull que veu l'enveja, l'orgull, no és envejós. És necessari mantenir la distància perquè res s'apropii de nosaltres. El millor gest d'escolta és la distància. Les reaccions són inconscients, però la lucidesa és la que dona les respostes. Hem d'estar atents per respondre, però no per reaccionar, estar atent abans que s'apropii de tu la ràbia cap a l'altre".

Immers en la seva tradició dominica, amb referents com el Mestre

Eckhart, i també influenciat per altres tradicions espirituals del món, com el sufisme i, en especial, el zen, Moratíel defensava la inutilitat, un missatge diametralment oposat a alguns corrents de l'atenció plena (*mindfulness*) que preconitzen la rendibilitat i l'eficàcia per adaptar-nos al sistema actual: "Ser servidors inútils, no buscar res. Per rebre s'ha d'estar lliure, ser inútil, no buscar el guany", deia, tot citant al mestre musulmà Ibn Arabi de Múrcia: "Ho seràs tot si fas de tu no-res".

"Nosaltres ens silenciem perquè allò que s'amaga en nosaltres tingui dret a expressar-se. El silenci és un camí per retrobar-se amb allò oblidat", expressava bellament Moratíel. I advertia: "Qui ens farà adonar-nos que estem fets per l'assossegament, per conuiu amb nosaltres mateixos? Si no et fa por la solitud, pots viure emparat. La solitud és pura, verge, meravellosa. Tot el món està sol, és una solitud que hem d'estimar, hem d' enamorar-nos-en, aquesta solitud ens agermana, no ens aïlla. Quan la solitud no es tolera, busquem als altres, els utilitzem per fugir de la solitud que no volem. No utilitzeu a ningú per escapar de la solitud. No us deixeu utilitzar per ningú que vulgui escapar de la solitud. En el silenci se'ns acull, perquè és l'únic lloc on hi cabem. Només caem en el nostre buit, en la nostra solitud", deia Moratíel entre una audiència entregada i que, onze anys després de la seva mort, continua activa i creixent. I és que els mestres veritables tenen una altra virtut: quan moren, no moren. Les seves paraules continuen captivant. —

## OPINIÓ

### La felicitat

FLAVIA COMPANYY  
ESCRITORA

"Si estàs deprimet, estàs vivint en el passat. Si estàs ansiós, estàs vivint en el futur. Si estàs en pau, estàs vivint en el present", va dir el savi xinès Lao Tzu més de cinc-cents anys a.C. Demòcrit sostenia que la felicitat era només possible gràcies a l'absència de por. No és difícil combinar aquests dos pensaments i adonar-nos que, moltes vegades, davant la felicitat, es fa servir el passat per pensar que "tampoc aquest cop sortirà bé" o el futur, per creure que "un dia o altre això que m'ofereix la vida ho perdré". Ens agafem al que coneixem o anticipem el que vindrà: no deixem que el present es faci present. Volem repetir o volem endevinar. Empaitem la permanència com si es tractés d'un espai de seguretat. I com bé sabem, allò que no canvia mai és el que ha entrat en el lloc del qual no és possible tornar, la mort.

Vivim amb angoixa la sensació que la felicitat se'ns escapa de les mans, sense

Només pot ser feliç qui és lliure per acceptar el que li és atorgat sense posar-ho en dubte, com no es posa en dubte l'aigua i el sol

acceptar que just el fet que se'ns escapi de les mans és part del que ens vol fer comprendre que l'única manera de sentir la felicitat és deixar-la anar a cada instant. Agrair-la sense posseir-la. Com va escriure H.D. Thoreau: "La felicitat és com una papallona, com més l'encalces, més t'eludirà. Però si dediques la teva atenció a altres coses, vindrà i es col·locarà suaument sobre la teva espatlla".

Només pot ser feliç qui és lliure per acceptar el que li és atorgat sense posar-ho en dubte, com no es posa en dubte l'aigua, el sol, la tempesta, el paisatge. La felicitat és un regal desitjable que passa per nosaltres i va cap als altres, imprescindible, que ningú no aturi aquesta energia, que ningú no vulgui atresorar-la per ell sol ni per sempre. De ben segur és per això, per aquesta obligació que tenim de no trencar la cadena, que I. Kant va dir: "La felicitat, més que no pas un desig, alegria o elecció, és un deure".



GETTY

## Gent

TEXT:  
XXXXXXXXXXXXXX

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

## Quisque ut arcu augue, vitae aliquet

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tinci-

dunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl. Maecenas suscipit feugiat lli, nec bibendum orci mi in elit. In ante leo, blandit noe sIn sit amet ris nulla. Nulla ac dolor magna, id eleifend velit. Quisque consequat diam in eros suscipit eu fringilla arcu faucibus. Aenean vel diam est, non sodales neque. Fusce sed molestie ipsum. Nam et sagittis purus. In pretium condimen. —