

ESTILS



## 'Sadhana. El sentit de la vida', cent anys després de la primera edició

El clàssic de Rabindranath Tagore traduït per Jan Rosell i publicat per Fragmenta aborda els grans temes del pensament indi: la relació de l'individu amb l'Univers i amb l'absolut, la consciència de l'ànima, el problema del mal, els camins de l'amor, de l'acció i de la bellesa,

i, finalment, l'obertura a l'infinit. Amb una prosa "densa, elegant i majestuosa", l'obra ofereix "una visió de la vida d'algú que ha après a veure i a viure amb un sentit d'infinit que té el tast de plenitud que molts anhelem", diu, en el pròleg, Xavier Melloni.

# Jacques Lusseyran: quan el món comença avui

Cec des dels vuit anys i supervivent del règim nazi, va afrontar les dificultats des de la llum interior

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

“**L**a gent del voltant nostre sembla satisfeta quan diu que un coix coixeja, que un cec no hi veu, que un nen no és suficientment gran per comprendre, que la vida finalitza amb la mort”. Res d'això té sentit per a Jacques Lusseyran, que ha fet del seu testimoni un exemple d'anar més enllà de les aparences, o més ben dit, d'apropar-les fins al punt d'endur-se-les a l'espai interior i, un cop allà, veure-les tal com són. La seva biografia ens diu que va néixer a París l'any 1924, on va passar una

infància feliç amb uns pares ideals. Quan tenia vuit anys va perdre la visió en un accident a l'escola, tot i que –una vegada més– el llenguatge, o les opinions que emmascaren el llenguatge, ens poden donar una impressió equivocada: “Els veritables ulls treballen a dins nostre. No importa si el vocabulari no hi arriba, si és feble. Veure és un acte fonamental de la vida, un acte indestructible”, escriu Lusseyran, que afegeix: “Veure és un moviment que la vida fa en nosaltres, abans dels objectes, abans de tota determinació exterior. És a dins nostre que hi veiem”.

Prendre consciència d'aquesta llum interna i la manca d'una barreira impenetrable entre els mons exterior i interior han estat dues

característiques fonamentals de Lusseyran, descrites en els seus llibres autobiogràfics *Y la luz se hizo*, *Contra la contaminación del yo* (tots dos traduïts i publicats per l'Editorial Rudolf Steiner) i *Le monde commence aujourd'hui* (que l'editorial parisenc Silène va reeditar fa dos anys i que tant de bo veiéssim publicat a casa nostra ben aviat).

### L'ocupació nazi i la resistència

El cultiu de la vida interior, lluny dels tòpics, no el va portar a un aïllament ni a distanciar-se de la problemàtica social del seu temps, tot el contrari. La primavera del 1941, amb disset anys, va començar a organitzar joves del seu voltant per fer front a l'ocupació nazi de París, on ràpidament va liderar el grup d'estudiants. Escriu sobre aquells inicis: “A primers de maig vaig adoptar la vida ascètica que convenia a un soldat consagrat al seu ideal. Cada dia, diumenges inclosos, m'aixecava a dos quarts de cinc del matí, abans de l'alba. El meu primer moviment era agenollar-me i resar. «Déu meu –deia–, dóna'm la força per mantenir les meves promeses. Com que les he fet per al bé, també són teves. Ara que vint joves (i demà poden ser cent) obeeixen les meves ordres, digues quines ordres he de donar-los. Jo sol no sé fer res, però si tu ho vols sóc capaç de gairebé tot. Sobretot dóna'm prudència, perquè d'entusiasme no en necessito, d'això n'estic ple»”.

En poc temps aquella vintena de joves es van convertir en 600 persones que confiaven en la capacitat de Lusseyran per discernir els infiltrats i espies gràcies a la seva capacitat de veure-hi més enllà de les aparences. Amb els mesos, la majoria del grup es va integrar en un moviment més ampli, anomenat Defensa de França, en el qual publi-



**Consciència**  
“És a dins nostre que hi veiem”, deia Lusseyran sobre el món interior

caven un diari clandestí amb les informacions del que veritablement passava en el règim nazi. Dos anys més tard Lusseyran va ser capturat per la Gestapo i traslladat al camp de concentració de Buchenwald, destinat bàsicament als presos polítics. Dels dos mil francesos que eren amb ell, Lusseyran va ser un dels 30 que van sobreviure.

El seu testimoni durant aquesta etapa és impressionant: “Havies de viure el present, consumir cada segon fins al final, saciar-te amb això. Aconseguir no pensar més en un mateix. Renunciar a la idea absurda que el camp de concentració és el final, un tros d'infern, un càstig injust, una equivocació que no et mereixes. Tenir gana, fred i por com tothom (per què amagar coses tan òbvies?) però al final riure-se'n”. Bojos i vells, ens diu, eren els més propensos a superar el bloqueig de l'angoixa que et pot portar una situació extrema com aquella. “Per sobreviure al camp de concentració havies de



Jacques Lusseyran va aprofundir en la consciència d'un jo diferenciat de l'ego, que entenia com l'anhel per sobresortir en alguna cosa. ARA

## L'exploració interior a través del vídeo

El reconegut artista visual Toni Serra (Abu Ali), que entén la idea del vídeo com encisament i contemplació, reuneix a *Entremundos* un mosaic inesperat que dona lloc a sentits i recorreguts subtils que es complementen. Podeu veure aquest treball videogràfic i d'altres de seus a la seva web, [www.al-barzaj.org](http://www.al-barzaj.org).



## La cita de la setmana

*"Necessito molta atenció i interioritat creadora per suscitar aquest espai d'acollida on les paraules de l'altre puguin situar-se"*

Pierre Sansot



GETTY

participar. No viure pel teu compte. Aquella privacitat no té res a fer amb la deportació. Estendre's més enllà. Tocar alguna cosa més gran que tu. Tant se val com. Per l'oració, si se sap resar; per la calor d'un altre que es comunica amb la teva calor, o simplement deixant de ser àvid".

### L'ego autoritari

Doble resistència, o potser veritable resistència, assolida per una llum interior que el feia acaronar l'ànima dels moribunds, tenir empatia amb tothom i saber escoltar: aviat es va convertir en una figura carismàtica a qui els presos sol·licitaven per confessar-se. Lusseyran mai va deixar de banda la seva fe cristiana, fins i tot en els moments més extrems. Enmig del patiment, escriu: "La bondat de

Déu em semblava evident. Topava amb mil escàndols, però mai venien des de dalt. Eren els homes els que havien inventat el patiment. Déu tolera la nostra estupidesa, i això és el que desconcerta alguns. Però si la tolera és perquè la jutja útil. És necessari que

aprenuem a acostar-nos, no només a Déu, sinó a una forma de nosaltres mateixos menys espessos i tèrbola".

Aquesta experiència el va fer aprofundir encara més en la consciència d'un jo diferenciats de l'ego, una qüestió de la qual va escriure anys més tard: "El nostre ego és l'anhel que tots posseïm de sobresortir en alguna cosa, tant se val quina. Per aquest desig volem per a nosaltres la major part del pastís, que és la vida. Insistim en la nostra postura,

encara que no tinguem raó. És precisament el nostre ego el que produeix els monstres de l'ambició, la competència, el fanatisme i l'autoritarisme. L'ego és aquella força que tracta de separar-nos de l'altre. Com més ens tanquem en nosaltres mateixos, més aïllats estarem. Es mata el jo quan es dona sempre la raó a l'ego. L'ego necessita les coses en grans quantitats: diners, reconeixement, poder, elogis, premis. En canvi el jo no les necessita. Quan actua posa el seu propi món enfront d'aquest món de coses. El jo és la riquesa enmig de la pobresa. És la motivació mentre tot al voltant nostre està fastiguejat. És l'esperança quan totes les possibilitats objectives d'esperar han desaparegut. És el que ens queda quan tota la resta se'ns ha tret".

Jacques Lusseyran, testimoni viu, de visió àmplia, que avui, com ahir, ens acompanya en aquest trajecte sinuós, però compartit. Obert. —

### CONSCIÈNCIA D'ARA

Cada dijous  
I la setmana que ve:

La insípidesa: inici i retorn dels possibles

## Conèixer-se un mateix

### Opinió

SÍLVIA PALAU  
CENTRE ZEN BARCELONA

Un dels textos més cèlebres del budisme zen diu: "Estudiar la via de Buda és estudiar-se un mateix. Estudiar-se un mateix és oblidar-se d'un mateix. Oblidar-se d'un mateix és conèixer la naturalesa de Buda, la nostra naturalesa original". Aquestes paraules del Mestre Dogen (1233) les podem fer realitat cada vegada que seiem al coixí de meditació.

La meditació zen és una meditació silenciosa, asseguts al *zafu*, de cara a la paret, portant l'atenció al cos i al fluir de la respiració, deixant que els pensaments i les emocions apareguin i desapareguin de forma natural. Aquesta pràctica d'atenció plena, de silenci absolut i d'immobilitat corporal ens permet veure'ns nos-

### Interior

La meditació ens permet veure'ns nosaltres mateixos com si estiguéssim davant d'un mirall que reflecteix el nostre cos, però també la nostra ment i emocions

altres mateixos com si estiguéssim davant d'un mirall en el qual no només es reflecteix el nostre cos, sinó també la nostra ment i emocions. Tenim totes les condicions favorables per portar a terme aquest estudi d'un mateix que cita el text però, una vegada més, en el budisme zen es tracta d'anar més enllà del coneixement del nostre caràcter, de la pròpia psicologia, per arribar a l'essència. I per poder trobar aquesta essència profunda, pacífica i eterna, el camí passa per oblidar-se d'un mateix.

Oblidar-se d'un mateix perquè no ens identifiquem amb el que apareix en el mirall. No estem parlant d'indiferència ni de falta d'autoestima, tot el contrari. Ho podem mirar sense aferrar-ho ni rebutjar-ho, de forma neutra i relativa, perquè és una mirada que sorgeix de l'interior pacífic i equànime fruit de la meditació.

Aquesta actitud imparcial la podem portar a cadascun dels moments del nostre dia a dia. La pràctica de la meditació zen és de gran eficàcia per a la salut del nostre cos i de la ment, perquè comprendre el cos i fer-se amic de la pròpia ment és sinònim de poder viure la vida amb alegria i serenitat. —