



L'ART EPICURI DE DEIXAR ANAR: LA BELLESA DEL NOSTRE JARDÍ

Júlia Marchan Bas

Estudiant Institut Sant Elm (Sant Feliu de Guíxols)

Arriba un moment a la vida on ens adonem que no podem retenir res, que res exterior a nosaltres ens pertany ni pot ser controlat, de fet a vegades ni nosaltres mateixos podem controlar-nos. És possible assolir la felicitat sense aferrament? Les persones són fugaces, venen i se'n van, es dilueixen en el mar del temps, i allò que un dia semblava etern es transforma en un record nostàlgic difús que demostra la inexistència de l'eternitat. L'instint ens diu que ens aferrem a aquest record, que lluitem per allò que estimem, que demostrem, que insistim. Però, i si el veritable poder no rau a retenir, sinó a deixar anar? Si algú vol marxar deixem-lo marxar; si algú vol ignorar-nos deixem-lo fer-ho. L'amor no es força, l'amistat no se suplica, la presència no es negocia. El gest de deixar anar no és una renúncia feble, ni una fugida covarda, és un acte d'amor propi i saviesa plena.

Epicur, ja havia comprès aquesta llei de l'harmonia. Per a ell, la felicitat no es troba en el desig desmesurat ni en la lluita per retenir allò que se'ns escapa. Ens parla sobre l'ataràxia, un estat de calma impertorbable que només s'assoleix quan aconseguim fugir de l'angoixa. Per a Epicur el patiment sovint neix de l'aferrament a coses que no necessitem: l'aprovació dels altres, la por a la soledat, la por a la mort, la por als déus o als plaers efímers que la societat ens inculca com a essencials. Però la veritable felicitat arriba quan aprenem a diferenciar allò que ens aporta pau i allò que només ens empresona en una gàbia de decadència.

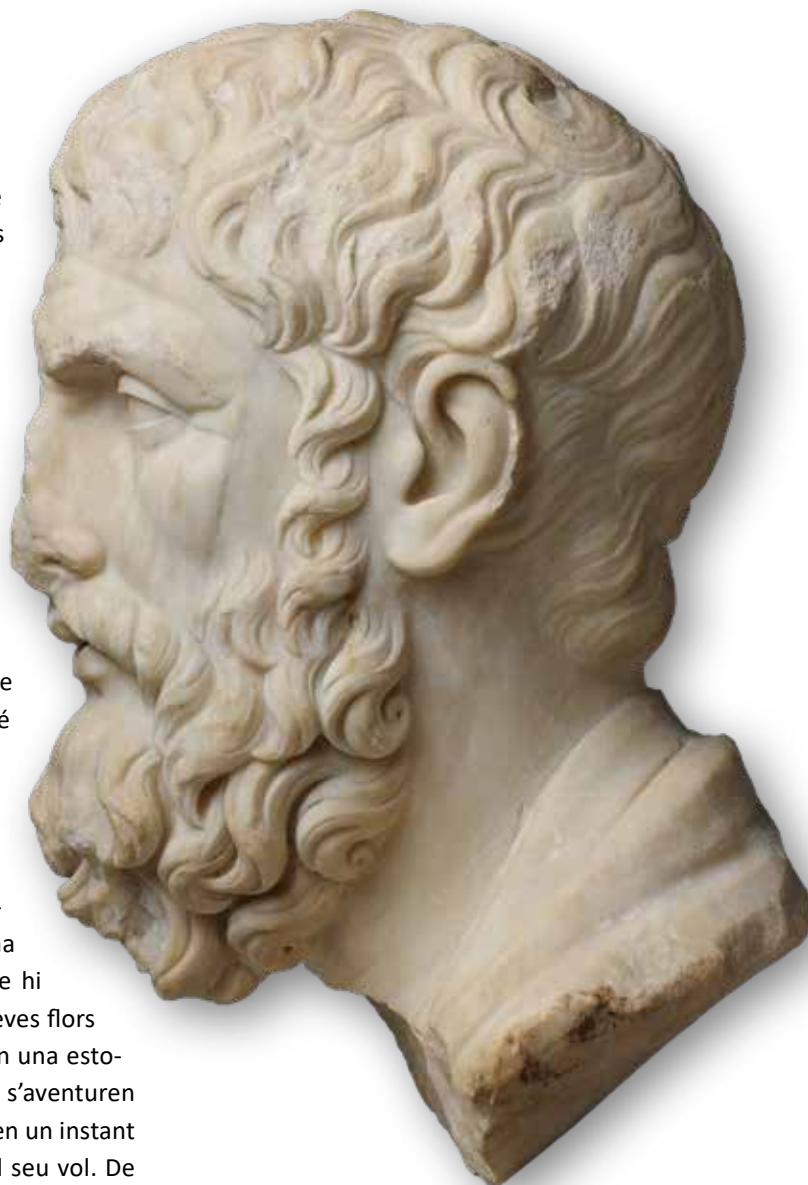
Com podem preocupar-nos d'allò que no ha passat? Per què tendim a patir per tot allò que no sabem si arribarà? Epicur respondria dient que és neci qui diu que tem la mort, no per-

què és temible una vegada arribada, sinó perquè és temible esperar-la. Perquè si una cosa no ens causa cap dany amb la seva presència, és nociu entristir-se per esperar-la. Així doncs, la mort, no és res per a nosaltres perquè, «mentre som vius, la mort no existeix; i quan la mort és present, nosaltres ja no hi som» [EPICUR, 2001, pp. 38].

Tanmateix, no tothom comparteix aquesta visió. L'estoïcisme defensa que l'acceptació no ha de ser passiva, sinó un exercici actiu de fortalesa. Marc Aureli, sostenia que no hem de rebutjar el dolor ni la pèrdua, sinó entendre que formen part de l'ordre natural. L'estoïcisme sosté que la vertadera serenitat s'aconsegueix a través del control intern.

Imagina que la teva vida és un jardí ple de flors, algunes són grans, altres són tacades de carmesí, algunes fins i tot punxen, però cada una forma el jardí. Sovint rep la visita de papallones, que hi aporten colors i moviment, dansant entre les teves flors sota la calorosa llum del sol. Algunes es queden una estona, desplegant la seva bellesa en silenci, unes s'aventuren amb totes les teves flors, d'altres, només reposen un instant sobre la flor més bonica abans de reprendre el seu vol. De sobte la càlida lluentor del sol és afeixugada per una pluja intensa. Moltes s'espanten i marxen de seguida amb por de ser esquitxades. Poques són les que arrebossen la valentia per resistir sota la pluja. Podries tancar el teu jardí en una xarxa per evitar el seu vol, intentar retenir-les, obligar-les a romandre. Però les seves ales es pansirien, i el seu vol que un dia va donar vida al jardí, es convertiria en un record trist d'allò que ja no és lliure. O podries, acceptar que el valor del teu jardí no depèn de les papallones que hi passen, sinó que, encara que marxin, sempre en tornaran de noves, atretes per la bellesa que hi viu sense pressa ni presó. No hem de témer la pèrdua, perquè l'autèntica plenitud s'assoleix en l'acceptació del present. Potser el veritable art de viure consisteix, en deixar anar sense ressentiment i acollir sense expectatives, entenent que cada moment és complet en si mateix.

Els epicuris saben que la felicitat no és una conquesta, sinó un alliberament de tot allò que no té importància. Ha arribat el moment de viure amb menys expectatives i més acceptació, amb menys por a la vida i més lleugeresa. De deixar de



Retrat d'Epicur (341 aC - 270 aC), filòsof grec, fundador de l'epicureisme. Museu Barraco, Roma.

nadar contra corrent i començar a ballar amb el vent que intenta empenyar-nos. D'entendre que el veritable amor mai ha estat en la conquesta, sinó dins la nostra calma i la bellesa del nostre jardí. De rendir-se no com qui perd, sinó com qui finalment s'allibera. Però si deixem d'aferrar-nos, vivim amb més plenitud o correm el risc de caure en la indiferència?

BIBLIOGRAFIA

EPICUR, (2001). *Carta a Meneceu*, dins d'*Una Filosofia Moral*, (Alcoberro, R.:trad.), Santa Coloma de Gramenet: Casal del Mestre. (Textos de Filosofia i d'Història de la Ciència)