

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

Posar-se deures

A la vida hi ha moments per reflexionar i per parlar i també n'hi ha d'altres per actuar. Ara toca actuar. Normalment en aquesta secció escrivim sobre aspectes relacionats amb la programació neurolingüística, l'atenció plena, el *coaching* i tot un ampli ventall d'experiències viscudes que poden ser útils per a aquelles persones que hi ressonin. A aquestes persones els diria que ara és un bon moment per adonar-se de si tot el que han recollit són capaces de portar-ho a la pràctica o simplement s'han que-

dat amb la part teòrica. Crec que ara és l'hora de tancar els llibres i entrar a la sala d'exàmens. Estic convençut que aquest bufarut que ens arrossega acabarà passant, però com tots els bufaruts, i per molt que reconstruïm les estructures malmeses, ens deixarà un paisatge diferent del que hem conegut abans que arribés. En aquest nou escenari futur, que ningú amb dos dits de front es pot atrevir a definir, no sabem què ens trobarem. Potser la vacuna arribarà abans del que ens pensem o també hi ha la possibilitat que hàgim de treballar molts més aspectes que no pas els efectes del virus. No oblidem que quan som dins la tempesta és difícil tenir una perspectiva àmplia de tota la situació però recordem que sempre sol aparèixer una via que ens permet trobar la llum al final del túnel.

En qualsevol cas, no cal esperar que aquesta amenaça passi a la història, la nostra feina pot començar ara mateix. Al marge de tot el personal sanitari, assistencial i persones que estan en primera línia, cal que el conjunt de la societat sàpiga entendre que quan passi la tempesta encara quedarà molta feina pel davant i que tots som responsables de la nostra part. Així que ens toca posar-nos deures i cada vegada que no ens agradi el que veiem a fora repassar si nosaltres som les víctimes o els causants.

Jo, en la meua llista particular, hi anoto: més empatia cap als que m'ajuden i cap als que no m'ajuden. Recordar-me dels que pateixen i dels que ningú en parla però que també pateixen. Cooperar des de la visibilitat i des de la invisibilitat. Errar, estar enfadat o trist i recordar que això també em fa humà. Somriure i contagiar el somriure. Donar les gràcies als que m'ajuden i als que no m'ajuden. Compartir els bons moments i els mals moments. Rectificar les vegades que faci falta. Repassar aquesta llista i afegir-hi tot el que correspongui.

Ja sé que aquesta relació de deures pot semblar naïf però la gràcia és que cadascú que ho senti s'escriui la seva pròpia. O potser vaig errat i és millor quedar-se assegut al sofà i esperar a veure què passa?



L'HORÒSCOP

Dhanna Astròloga

Del 24-04-2020 al 30-04-2020

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Et sents més actiu, tant físicament com mentalment, i practiques més exercici del que és habitual darrerament. Pots rebre noves notícies, relacionades amb la teva economia.

TAURE (Del 21 d'abril al 20 de maig)

Inclinació a posar-te les piles per deixar enrere algun costum contraproduent, aprofita l'energia d'aquest moment. Tens plans que no vols comunicar a ningú, de moment.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Amb el Sol amb Urà a Casa XII, experimentes la necessitat de resoldre assumptes molt personals que demanen una actualització. Pots sentir-te més actiu, sobretot de nit.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Podries experimentar alguns dubtes amb el que sents per la teva parella. Possiblement només es tracta d'un període de confusió i et farà bé, parlar-ne amb un bon amic.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Vols millorar la imatge que projectes i podries posar energia en una transformació. Necessitat d'acceptació. Si tens parella, podeu experimentar diferències ideològiques.

VERGE (Del 24 d'agost al 23 de setembre)

Si mantens una relació sentimental, en aquests dies podries experimentar certa desconfiança o gelosia. Pots fer una inversió en tecnologia. Nove tats al sector laboral.

BALANÇA (Del 24 de setembre al 23 d'octubre)

Podries experimentar una mica de tristesa si t'endins massa en els records. Amb el Sol i Urà per Casa VIII, pots rebre algun tipus d'ajut econòmic que ja no esperes.

ESCORPÍ (Del 24 d'octubre al 22 de novembre)

Una persona, més jove que tu pot fer-se present a la teva vida, amb intencions sentimentals. Possible tensió al sector laboral. Sigues prudent per no fer-ho més difícil.

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Els assumptes de parella són favorables, ja sigui per iniciar una relació formal o per establir ponts. Ampliació de contactes. Possible tensió amb un fill adolescent.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Amb Sol i Urà per Casa V, una persona, més jove que tu, et farà saber que li agrades. En l'àmbit laboral, ets ben valorat per l'empresa i a més pots tornar a la normalitat.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Possible necessitat d'alliberar-te d'un lligam que no et deixa fer el teu camí. Si hi havia diferències amb un fill, es pot donar el diàleg per retrobar-vos cordialment.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Una persona que viu a prop teu et produeix molta atracció i sembla que cercarà la forma de contactar-hi. Dies de moltes comunicacions escrites i de gran inspiració.