

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

Wu Wei

Si cerquem el significat d'aquest terme xinès a la Viquipèdia llegirem que “és un concepte important de la filosofia taoista que postula que la forma més encertada d'enfrontar-se a les situacions és no actuar”. De fet, la traducció literal seria ‘no-acció’. Dit això, cal aclarir que en cap cas la pràctica del Wu Wei implica no fer res, deixar que els altres facin la feina o adquirir una actitud *passota*.

Aquests dies més que mai, sento que aquest plantejament ens pot ser útil si el sabem entendre bé i el sabem aplicar com cal. És innegable que estem travessant una etapa d'incertesa i que les restriccions i limitacions que patim en estar tancats a casa moltes hores sense poder visitar els nostres malalts o abraçar els que estimem poden anar desgastant

el nostre estat d'ànim i acabar traient-nos del nostre centre. Directament o indirectament ens toca viure una situació que no podem controlar i que no podem preveure quan i com acabarà, ja que encara és massa aviat per fer pronòstics.

En aquest tipus de situacions ens cal ser *aigua*, com deia el Bruce Lee. Segons ell, cal que buidem la ment i ens alliberem de les formes. L'aigua flueix i s'adapta a totes les formes però també pot desgastar la roca més dura o impactar amb una força extraordinària. Els ballarins no imposen un moviment al seu cos, simplement es deixen portar per la música.

Vivim en una societat acostumada a la immediatesa, al control, als terminis i a la idea les coses es resolguin d'una manera determinada i això pot suposar una càrrega molt pesada en un context com el que ens toca viure en aquests moments.

La no-acció del Wu Wei ens buida la ment de tot allò que no ens ajuda en el nostre propòsit, ens recorda que navegar a contracorrent és un mal negoci, que no cal encetar batalles absurdes i que si estem plenament atents i centrats ens serà més fàcil saber el què, el quan i l'on.

Deixem de pretendre que les coses siguin d'una manera determinada i obrim-nos al que arribi per tal de respondre de la millor manera possible a les noves situacions. Aquestes noves formes de funcionament no necessàriament impliquen que siguin pitjors que les que hem adoptat en el passat i que ara ja estan caducades, senzillament són les que hi ha i podem triar entre acceptar-les aprofitant la seva part bona o lluitar contra elles eternament amb el desgast que això pot suposar per a nosaltres.

En la majoria de les arts marcial s'ensenya a aprofitar la força de l'oponent en benefici propi. En lloc de parar l'impacte del contrincant, el que es fa és utilitzar la seva inèrcia per desequilibrar-lo i deixar-lo en una posició que ens sigui favorable. Sempre s'actua amb el mínim esforç i moviment possible. L'únic requeriment és ser molt flexible i un alt grau d'atenció i serenitat. Això és Wu Wei.

L'HORÒSCOP

Dhanna Astròloga

Del 08-05-2020 al 14-05-2020

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Pot arribar el final d'una amistat, per diferències ideològiques. Alguns esdeveniments canvien la manera de veure el futur. Moltes idees renovades i més activitat física.

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

Venus en aspecte tens amb Neptú, adverteix que siguis prudent en les qüestions financeres. L'atracció i l'amor es poden fer presents amb una persona, fins ara amiga.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Pots sentir la necessitat d'expressar el que bull en el teu món interior mitjançant l'escriptura. L'àrea professional entra en una nova etapa, on posaràs més energia.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Si vens d'un període de restricció econòmica, sembla que aniràs entrant a un temps de més activitat. Amb la parella, poden sorgir temes espinosos, que semblaven oblidats.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Al sector professional acaba un temps de certa tranquil·litat i entres en un període més actiu on et pots veure fent varies feines a l'hora. Augment de l'activitat social.

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

Moment de llargues i profundes converses, amb els fills, especialment si són adolescents. Si cerques feina es pot presentar una opció, però potser caldrà desplaçar-se.

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

Pots adoptar canvis en la cura de la teva salut, cercant altres mètodes de sanació. En el teu lloc de treball poden donar-se novetats, sobretot pel que fa a la tecnologia.

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

Comunicacions de contactes del passat. El passat és present per donar noves oportunitats. Pots trobar-te molt a gust gaudint del mitjà aigua, al mar, la piscina, al riu...

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Sents que has de redecorar la llar o canviar de residència, però sembla que caldrà esperar unes setmanes. Una exparella pot estar cercant la manera de parlar amb tu.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Cerques altres maneres de passar-ho bé, de gaudir del temps de lleure i que tot plegat no afecti a la teva economia. Interès en noves lectures o matèries d'estudi.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Apliques la imaginació per obtenir més ingressos. Tot i que normalment t'interessa el futur, sents una especial connexió amb experiències del passat per comprendre-les.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Vols passar a l'acció i defensar els teus interessos rotundament. Hauràs de definir l'estratègia perquè sigui efectiva. Gaudeixes dels teus tot fent activitats lúdiques.