

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

El camí de l'arc

Hi ha camins molt llargs que som capaços de recórrer amb poques hores i en canvi n'hi ha d'altres de molt curts que no ens veiem en cor de completar encara que hi dediquem tota la nostra existència. Per curiositat, he consultat la distància i el temps que separa la nostra comarca de la capital del Japó i el resultat apunta que amb un vol directe sense escales i amb el vent a favor podríem trigar unes tretze hores, i la distància total no arribaria als onze mil quilòmetres.

Si en algun moment ens aventurem a fer aquest viat-

ge i quan arribem al nostre destí tenim la sensació que ens hem quedat curts i que encara volem anar més lluny tenim la possibilitat de visitar un centre on es practiqui el *kyudo*. Al Japó són molts els centres que imparteixen el que ells anomenen “el camí de l'arc” i que tot i que aparenta ser una simple pràctica de tir amb arc o fins i tot una art marcial el que hi ha al darrere és una profunda carrera espiritual.

És gairebé impossible descriure el veritable significat de la paraula *zen* però el *kyudo* pot ser una bona manera d'experimentar-lo. Les persones que s'inicien en aquest camí han d'estar disposades a desprendre's de moltes velles creences i adquirir un compromís permanent amb elles mateixes. Aquesta art marcial tradicional japonesa de tir amb arc no prioritza el resultat plasmat a la diana sinó que cerca el tir perfecte o cop perfecte. Tot el que envolta el tir és una pura cerimònia. Cada passa, cada moviment, cada gest ajuda la persona a descobrir el seu estat intern i a entendre el que els llibres i la teoria no poden explicar. A diferència dels arcs sofisticats que s'utilitzen habitualment en el món occidental on es pot graduar, ajustar i adaptar tot el que el seu usuari necessiti, l'arc de bambú japonès té unes mides i característiques úniques. És l'arquer el que s'ha d'adaptar a l'arc per tal que el tir perfecte es produeixi. La bellesa, la serenor i el respecte que es mostra a l'exterior és un reflex del que es viu a l'interior.

Així doncs, quan algú decideix iniciar-se en aquest viatge sap que no és el destí el que importa sinó que és el camí. Que aprendre a tensar l'arc sense esforç i alliberar el tir naturalment permet abandonar-se a un mateix en el tir de forma plena i facilitar que la fletxa arribi al seu destí. Per altra banda, cal tenir present que hi ha moltes maneres de fer aquest trajecte de vida. Aquesta pràctica ancestral japonesa és un simple recordatori que tenim molts recorreguts al nostre abast i que si sabem connectar amb la nostra essència ens resultarà fàcil triar el que sigui més encertat per nosaltres. El primer pas pot ser simplement tancar els ulls, inhalar profundament i deixar anar l'aire de forma lenta i conscient. És possible que la nostra diana particular aparegui tota sola i de forma inesperada. Bon camí.



Demostració a càrrec de membres de l'Associació Gotemba Kyūdō (wikipedia)

L'HORÒSCOP

Roser Bona

Del 01-01-2021 al 07-01-2021

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

La teva economia demana acció, però també paciència. Possibles despeses en informàtica o tecnologia. Com que no pots viatjar, possiblement cercaràs fer més esport per apaivagar l'estrès.

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

Júpiter i Saturn a Casa X obren nous camins al sector professional. Sents que és hora de moure fitxa. Compte, però, amb l'excés de confiança que podria portar pèrdues.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Ets comunicatiu i t'agrada parlar amb uns i altres, però algunes persones poden fer canviar el teu ànim i deixar-te sense energia. Fas gestions per millorar l'economia.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Júpiter i Saturn a Casa VIII activen el sector i podries demanar un crèdit o una hipoteca. Amb la parella s'obren noves vies de diàleg i la relació es pot fer més estable.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Pots sentir que la parella i tu parreu un altre llenguatge, cosa que provoca discussions. Potser toca deixar l'orgull de banda. Voldries actualitzar algun aparell informàtic.

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

Si no tens parella, penses seriosament que t'agradaria conèixer algú especial aquest proper any. Si estàs esperant un nou contracte laboral, pots tenir bones notícies.

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

Sigues prudent a casa, un descuit podria provocar algun incident relacionat amb l'aigua. Tendència a l'evasió, cerques oasis on puguis deixar de pensar en els problemes.

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

La situació laboral pot millorar i també l'economia. Et dones alguns capricis i inverteixes en imatge. Pot començar un coqueteig amb algú desconegut, que et sorprendrà.

SAGITARI (Del 23 de novemb re al 21 de desembre)

La conjunció Júpiter/Saturn a la teva Casa III pot portar nous interessos intel·lectuals. Podries iniciar un nou estudi o bé renoves la manera d'enfrontar les coses.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Generes certa enveja a la feina i pots tenir algun moment de tensió. Una persona, possiblement d'una xarxa social, et mira amb bons ulls, però encara no passa a l'acció.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Normalment acostumes a mirar al futur, però ara tens ganes de tornar a tenir notícies d'una persona del passat. Una amiatat pot mostrar interès a tenir alguna cosa amb tu.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

La conjunció Júpiter/Saturn a Casa XII inclina que en els propers anys tinguis oportunitats per madurar. De moment, cerques maneres de millorar la relació amb tu mateix.