



FRANCESC TORRALBA | Filòsof. Publica 'La filosofia cura' (Pagès)

“Pensar és l'audàcia de posar entre parèntesi tot allò que sembla una veritat absoluta”

Torralba ens ensenya, a través dels seus llibres i xerrades i de manera senzilla, que la filosofia ens pot ajudar, si volem nosaltres, a ser una mica més feliços, fugint de la superficialitat. *La filosofia cura n'és un altre magnífic exemple.*

La tenim massa identificada com una “alta saviesa”, la filosofia?

Crec que la filosofia com a reflexió crítica sobre la pròpia praxi és una activitat absolutament necessària per a viure una vida de qualitat. Sobretot, és un examen d'un mateix, la cura de si mateix, per a una vida harmònica.

Hem oblidat pensar?

Pensar és una acció subversiva. Tendim a conrear la cultura de l'antipensament i, estranyament, examinem allò que ens sembla obvi i evident. Pensar és cercar, examinar, sospesar, deliberar, criticar i posar en qüestió tòpics, prejudicis i estereotips que, senzillament, són assumits de manera acrítica i que tenen efectes directes en la nostra acció i conducta. Pensar és tenir l'audàcia de posar entre parèntesi tot allò que es dona com a veritat absoluta.

Cal ser un gran coneixedor de la filosofia per saber mirar en el nostre interior?

Tot ésser humà té una dimensió interior, intan-



gible, que pot explorar si té el valor de desconectar del món que l'envolta i mirar-se al mirall, desfent les falses imatges que s'ha elaborat de si mateix. La interioritat és tot allò que no copsem mitjançant els sentits. Cada ésser humà està cridat a conèixer-se a si mateix per esbrinar quina és la missió que té en el món.

La felicitat és possible?

Massa freqüentment es confon amb el plaer o bé amb el confort. La felicitat és, en canvi, un estat interior de benestar, un goig que emergeix de les profunditats de l'ésser i que, al meu entendre, es relaciona amb l'experiència d'haver causat un bé a algú, de realitzar una activitat que té pleni-

tud de sentit, o bé, de gaudir d'una experiència de bellesa, de veritat o d'unitat.

La darrera part del llibre, ens ensenya a ‘filosofar en set moviments’.

El primer moviment és el més difícil: assossegar-se, donar-se temps, aquietar la ment i el cor, adoptar una actitud de receptivitat, de presència plena. En un context com el nostre, caracteritzat per la hiperacceleració, és difícil assossegar-se, prendre's temps, estar disposat a contemplar el més bell i el més execrable de la realitat, i interrogar-se sobre allò que hem vingut a fer en aquest món.

“ En un context hiperaccelerat com el nostre és difícil assossegar-se i veure allò millor i pitjor de la realitat ”