

Informació

Àmbit Maria Corral

Roger de Llúria 89, 2n 1a
08009 Barcelona
T 93 272 29 50
F 93 272 29 51
www.ambitmariacorrall.org
info@ambitmariacorrall.org

Reserves

T 93 272 29 50
abans de dilluns 12

Lloc sopar-col·loqui

Restaurant La Lluna
Santa Anna 20
(cantonada carreró Sant Bonaventura)
Barcelona

Hora

20:00 h

Preu tiquet

32 euros
Pagament a "la Caixa"
2100 3317 11 2200066494

Amb l'assessorament de la Universitas Albertiana



àmbit maria corral
d'investigació i difusió

L'alegria com a antídoto
del ressentiment social
15 novembre 2012
206 Sopar hora europea

Ponents

Anna Forés i Miravalles

Vicedegana de la Facultat de Pedagogia de la
Universitat de Barcelona

Miquel Osset i Hernández

Fundador i director de l'Editorial Proteus

Francesc Torralba i Roselló

Director de la Càtedra Ethos de la Universitat
Ramon Llull

Moderador

Javier Bustamante i Enríquez

Psicòleg i poeta

DEFINIS DESIGN



àmbit maria corral
d'investigació i difusió

L'alegria com a antídoto del ressentiment social

Qui més qui menys desitja canviar la societat perquè evolucioni i sigui millor, ja que sempre hi ha coses que són millorables, i més en temps de crisi, quan les situacions injustes o les imperfeccions del sistema es fan més paleses i visibles.

Els éssers humans tenim dos grans motors interiors per a moure'ns i provocar canvis personals i socials. Un, el que més s'ha utilitzat al llarg de la història, és el ressentiment fruit del menyspreu i de la marginació. Un altre, tant o més potent però també més desconegut perquè ha estat infrautilitzat, és el de l'alegria. Tant és així que algunes persones desconeixen que l'alegria pugui esdevenir un veritable motor de canvi social.

L'alegria és una de les emocions bàsiques de la persona. L'alegria pot ser afavorida per un bé exterior, perquè podem arribar a assolir alguna cosa bona i això ens disposa a treballar per aconseguir-la. Però també pot ser més interior, aquella que brolla del fet d'existir, de formar part de la realitat, de gaudir de totes les coses gràcies al fet d'existir. Com repetia sovint el Dr. Alfred Rubio, és un sentiment de gratitud i de benestar pel fet d'existir, quan podia no haver existit mai. Ningú no està exclòs de viure l'alegria d'existir; a tothom li ha estat regalada l'existència. Però perquè esdevingui plena necessitem l'ajuda dels qui ens envolten, dels adults que ens han possibilitat aquest gran do.

Tinc la possibilitat d'experimentar que sóc en un món que m'és gratificant, on hi ha bellesa, bondat, amor, on a més es pot constatar que val la pena de ser-hi, de viure-hi. En cas contrari és més difícil despertar aquesta alegria interior, i podem experimentar el món que ens envolta com una realitat hostil, en la qual no trobem raons per a ser-hi. Llavors establim uns vincles poc sòlids en què les relacions esdevenen tenses i difícils, perquè ens és ingratis estar aquí, estar amb mi mateix i amb altres. El desamor atrofia el jo i pot apagar l'alegria interior, ens porta a viure a

desgrat amb els qui ens envolten, per la pròpia insatisfacció personal.

El ressentiment és fruit d'aquest desamor, del menyspreu viscut al llarg de la nostra vida. Menyspreu que es pot donar a molts nivells: familiar, generacional, social, econòmic, polític, religiós, ètnic, sexual... El menyspreu fruit de les desigualtats, de la manca de respecte dels drets o d'altres situacions injustes, ens va situant en un àmbit de ressentiments personals i alhora col·lectius. Això va generant desconfiances d'uns i altres, tota mena de tensions, reticències i prejudicis. Aquest malestar per les situacions viscudes ens pot moure a canviar les coses per assolir un món més just i més gratificant, tot cercant canvis associats a respostes violentes i sovint venjatives. L'altre i els altres han esdevingut els causants del nostre malestar i cerquem que ens retornin el que ens han arrabassat. Els ressentiments són un gran motor de canvi social, però alhora esdevenen el principal obstacle per a aconseguir-lo, perquè sempre acaben generant nous ressentiments d'uns contra altres.

L'alegria també és un veritable motor del canvi social. L'alegria transmet benestar, vitalitat i, sobretot, una aposta real per la vida i per tot el que existeix. Esdevé un motiu per a treballar, relacionar-nos, cercar solucions perquè els altres també puguin viure allò que vivim. Busquem que hi hagi més pau, més alegria i fer desaparèixer, en la mesura que sigui possible, tantes situacions d'injustícia i de sofriment. El que és propi de l'alegria és donar el que un té, desitjar que els altres també en puguin gaudir. Aquell que està content desitja millorar el seu entorn familiar, social, econòmic, polític. Treballa amb esforç, des de la gratuïtat, perquè aquesta és l'activitat que realment el fa sentir bé, que el realitza com a persona, i alhora se li converteix en font de més alegria.

És aquesta alegria la que ens portarà a promoure els canvis de les coses reals i necessàries per a assolir un món més just i agradable.

Jordi Cussó i Porredón