

# FÒRUM

Moderador **Jordi Llavina**

Fotografies **Alexandre Miquel** i **Gemma Domínguez**



# Gaspar Hernández

## «Des de la por no podem ser feliços»

### Una conversa amb Alfred Bosch

**Alfred Bosch (Barcelona, 1961) és un home polifacètic que, abans de polític, feia d'escriptor. La seva novel·la *L'atles furtiu* va merèixer el premi Sant Jordi del 1998. *Les set aromes del món*, el Ramon Llull del 2004. També és autor, entre altres títols, de *Trilogia 1714*, punt de trobada entre les seves facetes d'escriptor i historiador, i *La via africana*, que dona compte de la seva passió per aquest continent. Políticament, va ser portaveu de *Barcelona decideix*. Ara representa ERC al Congrés i encapçala la candidatura d'Esquerra a l'alcaldia de Barcelona.**

**Gaspar Hernández (Sant Esteve d'en Bas, 1971) és un periodista que treballa des de fa més de vint anys a Catalunya Ràdio. Ha presentat i dirigit l'espai de reflexió política *Catalunya Nit*, el magazín *El matí de Catalunya Ràdio de l'estiu* i, des de fa uns quants anys, és el responsable del programa de psicologia i espiritualitat *L'ofici de viure*, el més escoltat del país a Internet. Hernández simultanieja la feina de periodista amb la vocació literària. El seu bateig de foc va ser amb *El silenci*, premi Josep Pla 2009. L'any passat va publicar *La terapeuta*.**

**Jordi Llavina:** Potser seria interessant començar definint què entenem per «felicitat». O què hi hauríem d'entendre.

**Gaspar Hernández:** Com afirma el professor Norbert Bilbeny en un dels articles publicats en aquesta mateixa revista, n'hi ha tantes definicions com escoles filosòfiques. Jo proposaria canviar el concepte de «felicitat» per un altre terme que utilitza en un altre article, també d'aquesta revista, el professor Jordi Pigem: el de «satisfacció vital».

**Alfred Bosch:** Jo situaria la meva felicitat personal en l'absència de necessitat: no necessites alguna cosa perquè ja l'has satisfet, o, potser encara millor, perquè has aconseguit de renunciar-hi, que no és pas una mala idea. La manca de necessitat, en aquest sentit, et dona una gran pau, una plenitud.

**Gaspar Hernández:** És un fet, però, que la societat ens demana més i més, constantment. Ens estimula a tenir com més millor, com més coses millor. Hi ha un discurs famós del fins ara president de l'Uruguai, José Mujica, pronunciat a l'ONU el 2013, en el qual,

entre altres raons de pes, el mandatari uruguaià esgrimia aquesta: la persona més rica és la que menys necessita. Però permet-me, Alfred, que, abans de continuar, faci un matis que em sembla fonamental: si no hi ha unes necessitats bàsiques satisfetes, cobertes, llavors no hi pot haver felicitat. Cal partir, sempre, d'aquest pressupòsit. Un cop assegurat això, una vegada cobert aquest nivell bàsic, a partir d'una determinada renda, tots els estudis indiquen que no és més feliç qui cobra més.

**Alfred Bosch:** Esclar que sí! Si hi ha patiment, gana, mal viure, aleshores és molt difícil que et puguis plantejar la mera idea de la felicitat. Resulta, ras i curt, inconcebible! De vegades, les necessitats bàsiques són més bàsiques del que ens pensem. Deixa'm que et posi un exemple pràctic: tenir cotxe. Jo fa quatre anys que vaig renunciar-hi. I t'asseguro que ara sóc molt més feliç que abans. Ho vaig viure com un deslliurament. Especialment pel fet que resideixo a Ciutat Vella, a Barcelona, on el cotxe és més aviat un problema. Crea neguit, no aparques; si hi ha una manifestació, els carrers estan tallats...



Hernández: La política hauria de ser un bé preuat, i hauria de gaudir de molt de prestigi: consisteix a donar als altres, a treballar pel bé comú

És un patiment constant. Sovint ens adonem que cal deslliurar-nos d'una necessitat. I qui diu el cotxe podria dir moltes altres coses. Tendir a la felicitat també és prescindir de tot allò superflu.

**Jordi Llavina:** Aquest de la «felicitat», però, és un concepte molt dels nostres dies. Abans no se'n parlava...

**Gaspar Hernández:** Exacte. Com abans tampoc no es parlava d'emocions. Per als nostres pares, per exemple, reflexionar sobre les emocions hauria estat estrany. En aquell temps, hi havia altres prioritats. Per contra, ara mateix, David Cameron, al Regne Unit, o el govern del Canadà, i el del Brasil... tots ells parlen de la felicitat, i ja la comencen a contemplar d'una manera pràctica en la seva acció de govern. Aquests polítics defensen que no podem mesurar el benestar dels ciutadans d'un país fixant-nos, només, en el Producte Interior Brut, o l'economia. Tots ells es basen en el model del petit país de l'Himàlaia anomenat Bhutan: allà l'objectiu és que els ciutadans siguin feliços. Ho diuen així, tal com raja, i sense pèls a la llengua. I mesuren aquesta felicitat en base a nou paràmetres, dels quals només un és l'economia. Per mi, hi ha una pregunta clau que ens hem de fer

a l'hora d'abordar aquest tema: a partir d'un cert llindar, la nostra població, és feliç o no?

**Alfred Bosch:** Ara has provocat l'historiador que duc dins, Gaspar. La felicitat, el concepte de felicitat, em fa l'efecte que sempre hi ha sigut, al llarg de la història de la humanitat, a través de les seves diverses etapes. Mira, posem per cas, els romans: distingien entre l'*Arabia Felix* i l'*Arabia Infelix*. La primera era la fèrtil, la productiva. La segona ocupava, sobretot, el desert. Ara relacionem aquest concepte més aviat amb el materialisme. O gairebé exclusivament amb el materialisme. I ens trobem que entenem molt bé que hem abusat d'una visió materialista de la felicitat. I mirem de corregir-ho, per descomptat. I és per això que sorgeixen polítics, i línies d'acció política, que demanen de fixar-nos en altres indicadors, no només en els merament econòmics o «materials». Elements com, per exemple, l'accés a la cultura.

**Gaspar Hernández:** Al meu entendre, cal fer un pas endavant. Recomano que revisem el que ha anat dient els darrers anys el president de l'Uruguai. Sosté que a l'Uruguai la gent va lluitar molt per tenir la jornada de vuit hores. Ara s'ha

arribat, fins i tot, a la conquesta d'una jornada laboral de sis hores. Doncs bé, la gent fa doble jornada per tenir més — més coses materials, s'entén — i pagar més hipoteques. I el president ho critica obertament. Al meu entendre, això és reflex d'una societat malalta, com va escriure Jiddu Krishnamurti, fa gairebé un segle. I això mateix ens ha dut allà on som. Per no moure'ns del nostre país: aquí la segona causa de baixa laboral és per ansietat, estrès o depressió. Per tant, no podem dir que la nostra població — la població, insisteixo, que té les necessitats bàsiques satisfetes — sigui cada cop més feliç.

**Alfred Bosch:** Per això em sembla urgent reivindicar amb força aquesta idea: un cop tenim les necessitats primàries o bàsiques cobertes, hi ha un segon camí: el de saber prescindir de certes necessitats creades. Això, en política, es pot aconseguir. Fixem-nos en un detall que pot semblar menor: la manera de vestir dels polítics. Si vestim com qualsevol altra persona, el que transmetem és que, si som capaços de renunciar a certes necessitats creades — falsament creades, tan sovint —, podem ser més feliços. Els que sortim a la televisió estem obligats a transmetre les nostres condicions ètiques: es

Bosch: Una persona que  
no és independent és infeliç



pot viure —i, fins i tot, es pot viure amb èxit— sense gens ni mica de luxe.

**Gaspar Hernández:** Hi estic totalment d'acord. Convindria passar de la societat del tenir a la societat del ser, en la terminologia d'Erich Fromm.

**Jordi Llavina:** Hi pot haver alguna intersecció entre el que en podríem dir la «felicitat individual» i la «felicitat col·lectiva»?

**Alfred Bosch:** Jo crec que no és tan diferent el principi de la felicitat aplicat a les persones o als col·lectius. Aplicat el principi a aquests darrers, en definitiva radica en el mateix: cobrir necessitats bàsiques i, tot seguit, saber distingir les necessitats creades artificialment de les altres. Si sabem transmetre aquesta idea, podrem perseguir millor la felicitat col·lectiva. I quines són les necessitats bàsiques?, ens podem preguntar: doncs assegurar l'alimentació, tenir un sostre, gaudir d'uns drets mínims, i que estiguin ben coberts, que tothom pugui complir els seus deures... En la meva opinió, és important transmetre la idea que hi ha luxes que no necessitem. No ens cal, per exemple, un creixement constant vertiginós. Això ens acaba perjudicant. El consum ens acaba consumint a nosaltres mateixos. La teva riquesa interior la malgastes en l'exterior.

**Gaspar Hernández:** Només afegiria una cosa, Alfred, i és important que ho faci tenint-te al davant, perquè tu et dediques a la política: ha d'haver-hi canvis substancials, molt de fons, en l'ensenyament. El psiquiatre Claudio Naranjo diu que l'educació actual només s'ocupa de la ment racional, instrumental, com si només fóssim això. Es creen, diu el psi-





Bosch: Si hi ha patiment, gana, mal viure, aleshores és molt difícil que et puguis plantejar la mera idea de la felicitat. Resulta, ras i curt, inconcebible!

quiatre, éssers egoistes i pràctics. No sembla legítim educar per la felicitat. Si es calculés el preu de la infelicitat que es crea, es veuria com n'és, d'anti-econòmica, la nostra educació. Al meu entendre, no només s'hauria d'introduir ioga o meditació a les escoles —per començar, aconseguiríem més capacitat de concentració entre els joves—, sinó l'assignatura d'intel·ligència emocional. És a dir, aprendre a gestionar les emocions. Per exemple, la por. No podem demanar als joves que siguin emprenedors si no els hem ajudat a gestionar la por. A la vegada, tenim una societat en què els mitjans de comunicació estimulem constantment la por. Des de la por no podem ser feliços.

**Alfred Bosch:** M'has fet venir al cap una cosa, que en els darrers anys jo tinc molt present: Catalunya és una societat políticament més feliç que la resta de societats nacionals o regionals que componen l'Estat. Al Congrés dels Diputats, hi ha un discurs dominador, respecte al cas català, respecte al procés: no us deixarem marxar, no podreu votar, no podreu gestionar mai vosaltres sols els vostres diners. Hi ha qui disfressa aquesta tibantor d'amor. Jo els acostumo a dir: aquest amor que es basa en la possessió no és amor...

**Gaspar Hernández:** Però és que si això mateix es donés a un nivell individual seria del tot inadmissible...

**Alfred Bosch:** Oh, i tant! Quan en fas el trasllat a l'individu, això avui dia ningú no ho admet, ningú no s'ho empassa. Col·lectivament, en canvi, encara hi ha qui s'ho creu. Aquesta contradicció és bo remarcar-la, precisament, a Madrid. Sembla que allà ens suggereixin: la nostra felicitat es basa en el fet de tenir-vos encadenats. I això, es miri del dret o del revés, no funciona.

**Gaspar Hernández:** Aquest comportament, a un nivell individual —deixa'm que hi torni a insistir—, faria que la persona afectada anés a veure de dret un psiquiatre... Un altre comportament inadmissible: la violència verbal, que és una forma més de violència. La mentalitat de bons i dolents és de còmic, és del tot insostenible. Per sort, a Catalunya jo crec que els mitjans no estimulem tant la violència verbal com a la resta de l'Estat.

**Alfred Bosch:** Cal combatre tot això, totes aquestes mancances, d'una manera madura. Parlant-ne molt, i fent-ho d'una manera positiva. Tot això de la «programació neurolingüística»: em

sembla fonamental, i jo, poc o molt, ja ho aplicava abans de saber que se'n deia així. De vegades m'he trobat que et fan una entrevista i tu hi poses tota la positivitat de què ets capaç. Però, en un moment donat, et pregunten sobre els teus rivals... i tu respons, per exemple, que consideres que s'haurien de posar més d'acord entre ells. Doncs bé, aquesta petita observació és el que acabarà servint de titular. És a dir, la cosa diguem-ne una mica menys positiva de totes les que has dit... Aquesta dinàmica —que existeix— de dir: donem prioritat a la crítica, a allò que és negatiu... això és una cosa amb la qual m'he trobat molt. I cal anar sempre amb peus de plom.

**Gaspar Hernández:** Per això els mitjans hem de fer autocrítica. «Espectacularitzem» aquesta violència verbal. Cal que els que treballem en els mitjans de comunicació fem autocrítica. Cada cop s'accepta menys la «bronca». Les formes són importants. Acaben creant realitats. I, a un altre nivell, cal fer unes polítiques diferents, agosarades. Si volem una societat més sana, els canvis han de començar per cadascun de nosaltres, i per la política. La política ho pot fer tot? No, esclar. Però pot contribuir-hi decisivament. Per exemple, el

FUNDACIÓ



JOSEPH IRLA





» **Hernández:** Si estem esclavitzats pel consum, no podem ser lliures

Departament de Salut: veure el malalt des d'un punt de vista holístic. Integrar les teràpies complementaries als hospitals (ens estalviariem molta despesa farmacèutica). I, tornant a l'ensenyament —amb el benentès que sovint demanem massa coses a l'ensenyament, on tenim grans professionals, i massa poc a les famílies—, cal incloure intel·ligència emocional a les aules. Donem eines per al benestar emocional. Ensenyem a estimar; eduquem per l'amor, com diu el Dalai Lama. Pot sonar naïf; però estem parlant d'un problema ben real. La primera causa de visita als psicòlegs catalans són els problemes, diguem-ne, sentimentals. Hi ha molta gent que a casa nostra pateix, i molt, per amor. Per creences falses, apreses de les cançons i les pel·lícules de Hollywood. Hi ha educació sexual a les nostres aules, però no eduquem en l'amor.

**Jordi Llavina:** Creieu que la independència de Catalunya ens farà més feliços?

**Alfred Bosch:** Pel que fa les persones, la falta de llibertat és una de les principals causes d'infelicitat. Sentir que tot et ve donat, que depens d'un altre, que no ets sobirà, que no pots ser tan responsable... això genera infelicitat per definició. Una persona que no és independent és infeliç, i difícilment se sentirà realitzada. Per això els pobles tendeixen a buscar la seva llibertat col·lectiva. A partir de la independència, caldrà treballar d'una altra manera. Em puc equivocar en la tria, però almenys ja estic exercint la meua llibertat —la de triar. La independència és una oportunitat: que sàpigues aprofitar-la ja és cosa teva.

**Gaspar Hernández:** Tal com diu en el seu article el professor Jordi Pigem, la satisfacció vital pot manifestar-se en l'esforç per un projecte col·lectiu, com ara construir un nou país.



**Alfred Bosch:** Jo vaig seguir força els processos d'independència dels països africans. Estan millor ara que abans? Decididament, sí. Ara, almenys, poden triar. Potser materialment no ho estan, gaire millor. Però han pogut escollir. I, de fet, pocs pobles al món, quan els han deixat triar entre ser lliure o estar sotmesos, han triat aquesta última opció.

**Gaspar Hernández:** La independència ens farà més feliços? Sí, si va acompanyada de polítiques molt diferents. I, insisteixo, si deixem de valorar el benestar del país només en termes econòmics.

**Jordi Llavina:** Estem parlant d'utopies, no? De paradisos?

**Alfred Bosch:** Això és un debat antic: hi ha paradís o no? Els paradisos, si algun cop ens els podem imaginar, acaben en expulsió. És impossible residir-hi sempre! La idea del paradís jo crec que sí que és positiva: com ara la idea de les utopies polítiques. Hem de renunciar a aquest camí? No, mai! La llibertat plena, existeix? Segur que no. Però hem de renunciar a fer aquest camí? És en el camí que trobes plenitud, satisfacció...

**Gaspar Hernández:** No hi ha més paradís que el moment present. L'aquí i l'ara.

En canvi, sembla que tinguem instal·lat un *software* mental que ens fa passar del futur al passat, en un trasllat constant... Allò del tenir, una altra vegada. Seré feliç quan tingui una determinada cosa, o una altra. Mentre ens movem — mentalment — del passat al futur, no hi ha paradís, ni felicitat possible.

**Alfred Bosch:** Un dels moments que recordo de més felicitat a la meua vida és el d'un dia que jo era a Damasc, a la mesquita dels Omeies: passaven ocells, se sentia la cantilena de les pregàries, aquella manera de pregar monòtona dels musulmans... Aquell va ser, per a mi, un moment de felicitat extrema, total. En tinc tres o quatre més, de tan intensos com aquest: el del naixement del meu primer fill, el del naixement de la meua filla. Són moments de plenitud, de gaudi extrem. Cal gaudir sempre d'allò que estàs vivint en cada moment. Això no exclou, però, que els somnis tinguin pes en la teua vida i també en el teu projecte col·lectiu. Cal trobar l'equilibri entre el viure i el somiar. El viure intencionalment no exclou el somni. Ara mateix ens ho passem la mar de bé xerrant, jo em sento molt feliç. Això, però, no treu que jo tingui anhels, que els pugui verbalitzar. No, una cosa no exclou l'altra. Que no podem viure només dels somnis, queda clar! Però, a la vegada, no podem

renunciar als horitzons. Perdríem el sentit de la vida. I el sentit també dóna felicitat. Tenim necessitat, de vegades, de combatre l'absurditat de la vida.

**Gaspar Hernández:** Jo intento començar cultivant la llibertat interior. «Sigues tu el canvi que vols veure al món», deia Gandhi. La llibertat interior és clau, en tot aquest debat que estem mantenint, Alfred. Si estem esclavitzats pel que diran, per l'opinió dels altres, per la por, no som lliures. Això no vol dir que puguem fer el que ens rota, que consti.

**Alfred Bosch:** Ara se m'acut que, per a mi, un dia culminant de la meua vida va ser aquell en què vaig deixar de fumar. Un dia, després de molts intents, finalment vaig assolir l'èxit. I va ser una gran conquesta, creu-me! Exactament com deslliurar-se d'una cadena. De vegades, m'havia trobat amb moments vergonyants: sentia la necessitat de deixar un moment els meus fills perquè havia d'anar a fumar. Això també forma part d'aquesta felicitat que dèiem. Com que he pogut superar aquestes servituds, sóc una persona molt més feliç.

**Gaspar Hernández:** Tu, Alfred, treballes pel bé comú. Una associació, un partit: implicar-se en entitats vol dir sentir empatia per les persones que ens en-



FUCCIÓ



JOSEP



volten. Quan un visita un psicòleg i li diu: «Estic deprimit, doctor», el professional sovint li recomana que doni, que destini energia per als altres, encara que aparentment no tingui forces. Aquest donar és una font de felicitat. La política hauria de ser un bé preuat, i hauria de gaudir de molt de prestigi: consisteix a donar als altres, a treballar pel bé comú.

**Alfred Bosch:** Ep, però, en política, també he conegut moltes persones infelices. Si tens vocació de servei, t'hi poses. Hi trobes sentit. Pressents grans canvis. A Catalunya, en aquest sentit, estem vivint una primavera. I jo sento que tinc el privilegi de representar també aquest

moviment. Veure com col·lectivament els canvis es gesten en els caps i els cors dels ciutadans... i tu, mentrestant, que tens l'orgull i la responsabilitat de representar aquest canvi tan enorme.

**Gaspar Hernández:** Hi ha una frase típica del zen que afirma: «Comença a caminar, i el camí ja anirà apareixent». Sovint estem massa amoïnats pel camí a seguir. Què hem de fer? Comença a caminar, i el camí ja anirà apareixent. Aprenguem, també, a conviure amb la incertesa. Tampoc ens n'ensenyia, la societat. Ho hem de tenir tot assegurat. La feina, la jubilació, el futur del país. I la vida no hi entén, de seguretats.

**Alfred Bosch:** En el cas del procés, en el moment que viu avui Catalunya, sovint em trobo en entrevistes, o en converses, en què em pregunten: «Quines passes fareu a partir d'ara? I què passarà...? Ens en sortirem?» Al final et pregunten sobre hipòtesis que arrenquen d'interrogants... Per cert, m'apunto la frase zen sobre el camí. Recorda Juli Cèsar, per exemple, quan tenia tots els generals destacats a la guerra de les Gàl·lies. Algú li deia: «Hauríem d'enderrocar un pont». Al final, però, Juli Cèsar responia: quan arribem a aquell riu, ja parlarem d'aquell pont. Tot, al seu temps. De vegades cal calmar les incerteses constants, i malaltisses.

Hernández: La independència ens farà més feliços?  
Sí, si deixem de valorar el benestar del país només  
en termes econòmics



**Gaspar Hernández:** És que la por excessiva ens bloqueja, i no ens deixa avançar. Però insisteixo que el canvi comença en cadascun de nosaltres: viure amb menys por, acceptar la incertesa, saber gestionar la ira, ser assertius i no practicar la violència verbal, deixar de dividir les societats en bons i dolents, etcètera. Són coses que habitualment diem a *L'Ofici de viure* de Catalunya Ràdio. No donem consells; formen part d'un nou paradigma emergent. El fet que el programa sigui el més escoltat a Internet, amb 6 milions de descàrregues l'any, vol dir que cada cop hi ha més gent que procura veure la vida amb unes altres ulleres. Al nostre programa hi vénen, sobretot, professors universitaris. Com alguns dels que han escrit per aquesta revista. Molts d'ells, són referents. Doncs bé, del que es diu al programa, la política no en posa en pràctica gairebé res —deixant de banda el Pla Nacional de Valors, de l'actual govern de la Generalitat, que se n'ha començat a ocupar. Per això us demano que, en la mesura del possible, integreu al vostre discurs aquesta nova forma d'entendre la vida. Que, en el fons, connecta amb el que han dit els savis al llarg de la història.

**Alfred Bosch:** Recullo el guant, Gaspar. Fa mesos, vaig prendre la decisió d'op-

tar, com a cap de llista d'Esquerra, a l'alcaldia de l'Ajuntament de Barcelona. Això té una raó. El fet de passar de resistir, a Madrid, a construir, a Barcelona, per mi no té color. El desig de començar a fer coses arreu: escoles, carrers, transport públic, això és el més bonic que té la política. I el fet d'aconseguir que la gent d'una ciutat pugui ser més feliç, jo crec que és el que més m'ompliria.

**Gaspar Hernández:** Alfred, et convido, per tant, que no et faci vergonya fer servir la paraula felicitat. El president d'Uruguai ho deia a les Nacions Unides: «Tots els polítics treballeu en el fons per la felicitat de la societat». Enunciat així, pot semblar naïf... Però no deixa de ser cert.

**Alfred Bosch:** Bé doncs, com a polític, em comprometo a no prohibir la felicitat, ni a crear impostos per gravar-la. Tot al contrari. Miraré d'estimular-la! ◀