

## MARIA PONS TREURE LA POLS



# Preocupacions

AL VOLTANT d'una taula plena a vessar de cafès amb gel, unes quantes amigues parlem del diví i l'humà.

Avui enceta la conversa l'Emi: "Segons la psiquiatra Marian Rojas, la majoria de les coses que ens preocupen no passaran mai". La Carme replica: "No passaran! No passaran! I si passen?" L'Emi torna a prendre la paraula: "Segons sembla, precisament és aquest *i si*, el que és altament nociu per a la nostra salut."

La Carme segueix: "Doncs què voleu que us digui jo tinc una angoixa que no em deixa viure. La meva filla se n'ha anat a treballar al Canadà tota sola. I no deixo de pensar, i si està malalta? I si l'han d'operar d'urgència? Es troba a més de vuit mil quilòmetres. Qui la cuidarà?"

La Roser intenta tranquil·litzar-la: "A hores d'ara, ja deu tenir un bon grapat d'amigues i amics que no la deixaran. Tot i que jo també tinc un bon capficament: "El de ser jubilada i que la pensió no em permeti arribar a fi de mes."

"Dona, amb el que guanyes i cotitzes, tindràs una bona pensió", replica la Júlia. La Roser protesta: "I si el sistema de pensions fa fallida? I si les abaixen? El que em fa perdre la son és la pobresa i més a la vellesa."

---

*Segons la psiquiatra Marian Rojas, la majoria de les coses que ens preocupen no passaran mai*

---

"Doncs a mi el que em fa por és perdre la feina. A l'empresa tenim problemes. I si m'acomiaden? A la meva edat qui em contractarà?", pregunta la Júlia ben amoïnada. L'Emi respon: "Precisament sembla que aquests són els problemes que ens turmenten a la majoria; veiem el futur negre a causa de la salut, els accidents, la feina, la pobresa, la inflació i un llarg etc. Tot plegat ens crea ansietat i estrès, que són la causa de moltes malalties. I a sobre, ens preocupem sense caldre ja que més del noranta per cent de les nostres preocupacions no es compliran mai."

Mentre l'Emi enumera tot allò que ens pot provocar preocupació i els seus perjudicis arriba la Montse, que diu: "Noies avui no puc prendre cafè amb vosaltres. Demà tinc l'examen del darrer curs que m'he inscrit i crec que tinc un principi d'atac d'ansietat. Així que us deixo. En cinc minuts he de ser a l'esteticista i en sortir aniré a la perruqueria."

Ara és quan ens quedem totes amb un pam de nas. L'Emi sentència: "Sens dubte és la més assenyada. Per fer fora les preocupacions no hi ha res millor que les ocupacions i les distraccions. A veure si n'aprenem."