



EL

MAGAZÍN

Núm. 257

Divendres, 30 de desembre de 2022

ECONOMIA

Formar accionistes, un dels reptes per a la continuïtat de les empreses familiars

CUINA

Alguns trucs fàcils per millorar la cuina a casa i aprofitar més bé els aliments

XEVI BAYONA

“Cada instal·lació té sentit en un lloc determinat”



GRISelda ESCRIGAS

ENTREVISTA

XEVI
BAYONA

“Lluèrnia és un laboratori fantàstic d'on han sortit moltes perles i molts aprenentatges”

Ja sigui en obres d'arquitectura permanent o en intervencions efímeres, de les quals s'ha convertit en un clar referent, l'arquitecte i artista Xevi Bayona treballa amb l'emoció, la complicitat de col·lectius i amb una interpel·lació constant al paisatge. El resultat són obres que no deixen indiferent ningú i que li han reportat diversos premis, com els FAD. Des del seu estudi a Olot treballa arreu, dirigeix el festival Lluèrnia i fa classes a la Universitat Politècnica de Girona i l'Elisava.



Text: Teresa Terradas
Fotografia: Griselda Escrigas

Em sembla que no hi ha ningú que passi per la Porxada de Granollers i no s'aturi a fotografiar o contemplar la instal·lació “El magatzem dels desitjos”. És aquest el propòsit a l'hora de crear?

Cada instal·lació és una oportunitat per fer preguntes a l'espai públic. El que comporten aquestes intervencions efímeres és que de cop i volta pots sumar tot un espai per poc temps: posar-hi llums, dotar-lo de màgia... i canviar així la percepció que teníem d'aquell lloc. I això genera un impacte en la societat.

Una societat que acostuma a implicar en els vostres projectes.

Aquesta és una altra. Si els projectes poden ser compartits, amb la implicació de col·lectius, de la ciutadania, molt millor. Com més gent es pugui sumar al projecte, més gent se'l sent seu, i quan hi ha aquest sentiment de pertinença a una instal·lació, aquesta té molt més sentit. No és només un projecte fet de forma individual o amb un equip, sinó que pren una altra dimensió més col·lectiva.

Un altre element essencial en els diferents projectes és la llum. Quin sentit l'hi doneu?

La llum és essencial, només veiem llums, i aquesta llum entra dins els cossos. Si podem modificar la manera com estan il·luminades les coses, podem enganyar qui sigui. En les escenografies dels teatres, la il·luminació és fonamental. La llum és una oportunitat per enganyar la vista. I nosaltres a vegades necessitem ser enganyats i veure les coses d'una manera diferent.

Algunes instal·lacions efímeres, com *Aura* o *Ordit* s'han pogut veure en diferents poblacions. Canvia gaire el seu sentit d'un lloc a l'altre?

Les instal·lacions efímeres tenen la virtut de poder ser transportables, perquè pesen poc i no són permanents. El que és més interessant és que

les instal·lacions tinguin un vincle amb cada lloc. Nosaltres hem de poder tenir una lectura prèvia de cada espai i conèixer les oportunitats que ens dona. En el cas de la Porxada de Granollers, per exemple, hem d'entendre que parlem d'un patrimoni arquitectònic molt important, d'un edifici del segle XVI molt bonic. I nosaltres tenim la capacitat que, per un període de temps curt, hi podem posar la cirereta, intervenim sobre aquest patrimoni i ajudem a veure'l d'una altra manera. Tenim un teló de fons preciós, i el que fem nosaltres és una cosa singular per uns dies.

I això passa en totes les intervencions efímeres.

Sí, això és un dels aspectes més importants d'aquest tipus d'intervencions. L'altre aspecte és l'arrelament als llocs, estar vinculat a un lloc o a un altre. Cada instal·lació té sentit en un lloc determinat, encara que sigui movable. Hi ha instal·lacions que no les podríem portar d'un lloc a un altre. En el cas d'*Aura*, la vam fer a Lluèrnia, i després va anar a altres llocs, ara també a Granollers, i sempre va vinculada als arbres. Hi ha arbres a tot arreu, però depèn del lloc on siguin li donen una atmosfera molt diferent. És interessant triar bé el lloc on portar-les.

Altres instal·lacions, com el *Farbalà* al Caixa-fòrum, el protagonisme no el té la llum, però sí altres aspectes com el moviment o els colors.

Sí, aquesta és molt diferent. Hi ha uns tipus d'instal·lacions que només són de nit, on l'engany òptic és més senzill de fer perquè estem jugant amb llum, vull dir que podem esborrar una sèrie de coses i posar en valor unes altres només posant-hi llum. Les intervencions de dia són diferents, en aquestes es veu tot. I n'hi ha que són de dia i de nit. De totes maneres, hi ha moltes mirades en el tema instal·lacions.

Per exemple?

Algunes tenen un sentit social, es poden conver-

tir en un espai de joc on la gent hi pot participar. És un exemple de com modificar un espai segons les activitats que s’hi fan. Això és una instal·lació que no té tant a veure amb la llum, però que és interessant de veure. Una altra mirada seria la proxèmica, que és com ens afecten els espais en el nostre ús quotidià, en la nostra manera d’entendre o fer ús d’un espai. Si estem en un lloc reduït tenim unes possibilitats d’activitat, si estem en un lloc més gran, unes altres. Quan nosaltres posem una peça en un espai urbà, estem modificant aquest lloc. Fins i tot hi ha un punt antropològic, que ens permet modificar o fer preguntes a l’espai públic i que després ens poden servir per fer instal·lacions més permanents. Així, per exemple, abans de fer una plaça podem practicar, podem fer prototips amb intervencions efímeres. No té sentit gastar-se tres milions d’euros per fer una plaça sense saber el resultat. En canvi, amb un pressupost més reduït podem fer un experiment per veure si allò funciona o no. Aquestes intervencions efímeres són com un laboratori d’assaig per fer construccions permanents.

N’hi ha alguna en què ho heu experimentat?
En recordo una a la Rambla de Figueres que no va ser tant un assaig com un experiment urbà. Vam estrènyer una part de la Rambla, la gent hi passava i hi passaven coses. Era un espai molt estret, on els vianants es creuaven amb un desconegut. Potser va ser un experiment més antropològic i no tenia sentit fer-ho de manera permanent. Sí que servia per preguntar-nos què passa socialment quan estem obstruint un espai. Experimentar en un espai públic és difícil perquè estem acostumat a fer servir aquests espais de manera molt dirigida.

És també una manera d’acostar l’art contemporani al públic, fora dels museus i les sales?
Sí, al darrere hi ha aquesta voluntat. Nosaltres sempre treballem amb les emocions, primer de tot amb les nostres. Si una cosa no ens emociona és que tenim un problema, una instal·lació ens ha d’emocionar per un motiu o un altre. A vegades no ens emociona perquè sigui una cosa bonica, ens emociona per aspectes més antropològics, per exemple. D’alguna manera, l’emoció sempre és l’artífex de qualsevol instal·lació, de qualsevol projecte. Sempre hi és. Quan no hi és també hi és, perquè no hi és. Ens agrada creure en els projectes que volem fer, pensar que els farem al millor que puguem amb els recursos que tenim.

Un treball fet amb emoció té l’emoció assegurada del públic.
L’avantatge de treballar amb emoció és que després sempre hi ha una reflexió. El fet que a la Porxada hi penguin aquests dies uns desitjos, potser fa pensar a algú que aquests nens tenen desitjos, que tenen uns anhels i unes necessitats. Aquestes reflexions també ens porten a veure un element patrimonial que fins ara no vèiem perquè no aixecàvem la mirada. Treballar les emocions sempre ens convida a reflexionar.

Un gran escenari de les instal·lacions efímeres és el festival Lluèrnia a Olot. El dirigeix des de fa temps, però la capacitat de sorprendre és inesgotable.
Portem 11 edicions. De fet, Lluèrnia és, o intentem que sigui, una festa col·lectiva. *Festival* ve de *festa*, i aquesta festa és col·lectiva quan tothom se la sent seva. També és una experiència urbana, i amb molt poc pressupost. Això implica que necessitem que hi participi molta gent, i aquest fet és el que provoca un sentit de pertinença, tothom s’ho sent seu. I quan passa això, la festa ja no és dels que la organitzem, sinó de tot el col·lectiu, de la ciutat, d’una societat, i es converteix en tradició. És bonic veure com es fan les tradicions, que no són res més que fets culturals que d’alguna manera ens sentim nostres per herència o per repetició. I és clar, també és un laboratori fantàstic, hi ha moltes espurnes, moltes perles i molts aprenentatges que han sortit de Lluèrnia.

“Nosaltres, com a arquitectes, a vegades ens equivoquem. Ensensem que la gent ens demana cases, i no, el que volen és una llar”

I és un reinventar-se cada any.
Sí, és una reinvenció constant. Aquest any som més persones al grup. És molt bonic, perquè és un festival fruit de l’equilibri de moltes mirades, de gent d’edats i de llocs molt diferents. Al final, és una gran entesa de moltes mirades.

Aquest any vau tancar amb un espectacular *Niu de foc*.
Necessitàvem fer un espectacle final, i dos mesos abans ens va fallar el que teníem. Vam decidir fer-lo nosaltres i vam voler construir una pira de foc, però que fos un espai estructural, circular, com una espècie de cúpula feta amb fustes primes per donar estabilitat, que podíem cremar i ser un espectacle en si mateix. Va ser molt bonic.

I el foc, molt relacionat amb el lloc i el paisatge.
Molt, molt vinculat. Tota la morfologia de la Garrotxa va vinculada al foc, als volcans, a la lava, per tant, tot té sentit. L’altre sentit és entendre el procés de la llum, com podem domesticar la llum, des del primer foc, des que l’humà comença a domesticar el foc, sobretot per cuinar, il·luminar i escalfar, fins a la tecnologia més puntera com poden ser els leds. No deixa de ser l’herència d’aquesta domesticació de la llum.

Apliqueu la mateixa filosofia de les instal·lacions efímeres a les construccions arquitectòniques?
En els dos casos som els mateixos. Els més interessants són els projectes en què no sabem si estem fent una instal·lació efímera o una arquitectura permanent. El que importa és poder aportar la capacitat de frescor d’una intervenció efímera quan fem una casa, quan pensem en el fet d’habitar, en el fet d’una llar, de fer un contenidor on pugui haver-hi vida, on una família hi posi els seus mobles i les seves pertinences. Evidentment que una casa ha de durar la vida d’aquesta família, però potser les condicions d’aquesta família d’aquí a 20 anys seran unes altres, d’aquí 50 unes altres i d’aquí 100, unes altres. Per tant, no estem fent una cosa permanent. De fet, quan som conscients que no hi ha res permanent penso que tenim més consciència del que estem fent.

Dins aquestes obres en principi “permanents” destaca la coneguda casa Monsacopa, al peu del volcà d’Olot. És un dels millors exemples d’arquitectura integrada al paisatge?
De fet, el paisatge per definició és un lloc que té un interès artístic, plàstic, visual o sonor, i està bé poder ajudar-lo. El paisatge no és res més que la manera com ens n’apropriem. Nosaltres podem fer paisatges, podem generar molts paisatges. Primer hem d’entendre els que tenim, veure les possibilitats que hi ha per després poder-ho generar d’una forma permanent o no, ja sigui d’una manera més convencional, plantant arbres i plantant vegetació, o d’una altra. Perquè també tenim els paisatges urbans, els sonors, aquells paisatges que podem fer amb arquitectura permanent. Cada lloc té les seves oportunitats i no hem de voler fer una cosa que no toca, hem de treballar de forma coherent per poder generar més nous paisatges, sempre parlant des de l’emoció.

El tema de l’habitar, de la llar, és constant en

molts treballs: *Buit domèstic, Habitare...*
Habitar és quan freqüentem un lloc, quan ens el fem nostre, dins un imaginari intern. I per fer-ho nostre, quines receptes hi ha? Què fa que un lloc sigui nostre i un altre no ho sigui? Des de l’arquitectura podem fer cases, però aquestes cases, fins que no hi ha algú que hi va a viure no és una llar. És diferent una casa que una llar. Als arquitectes ens ensenyen a fer cases, però durant la carrera ningú ens explica com es fa una llar, una cosa que està més vinculada a les emocions i als fets socials.

Sempre hi ha les emocions pel mig.
Totalment. Nosaltres, com a arquitectes, a vegades ens equivoquem, i ens pensem que la gent ens demana cases, i no, el que volen són llars. És una pregunta que està sobre la taula i que ens fem molt sovint: què entenem per llar i què entenem per habitar? Perquè amb aquestes intervencions de Nadal també estem fent petites llars, espais que estem habitant, que estem fent propis durant un temps, encara que siguin en un espai públic. Aquest espai pot ser una llar perquè l’estic habitant.

L’arquitectura que es fa actualment va per bon camí o pel que creu que hauria d’anar?
En arquitectura, com en qualsevol camp, hi ha de tot. Hi ha arquitectes que fan meravelles. El problema, a vegades, és la finalitat que pren l’arquitectura. Si la finalitat és treure un rendiment d’una cosa que es pressuposa que ha de ser una llar per a un altre, que ho ha de comprar, amb molts intermediaris pel mig, l’objectiu no serà fer una bona llar, l’objectiu serà fer un lloc amb un bon rendiment econòmic. Quan ens perdem en l’objectiu, és impossible que fem una bona arquitectura. No és que hi hagi mala arquitectura, sinó que ens hem equivocat d’objectiu.

Amb la crisi del totxo va ser necessari repensar-se?
Va ser inevitable. A partir d’aquí es van fer moltes normatives de llei d’habitabilitat, de com ha de ser un habitatge. Hem convertit l’habitatge en una mercaderia, i quan passa això, és un problema, i no podem fer bons habitatges, encara que vulguem. Podem fer bons productes que es venguin bé, però aquest no és l’objectiu.

Algun mestre que li serveixi d’inspiració?
En tinc molts, de mestres. Llegeixo molts llibres d’art, de filosofia, d’antropologia.... L’arquitectura és una disciplina que necessita mirades molt polièdriques. D’alguna manera diríem que els arquitectes som directors d’orquestra, però no sabem tocar el violí. I necessitem saber com sona el violí, com sona la trompeta, com sona el trombó... com sona cada instrument per poder dirigir. Hem de ser capaços que tot soni bé, i poder fer passos endavant. Ara hi ha moltes tecnologies, avanços en la construcció, que són fantàstics, però si no els sabem aplicar, tampoc serveixen de res. Tenim molts ingredients a l’abast i podríem cuinar molt bé, i a vegades no ho fem per desconeixement.

Com en tot, és un aprenentatge constant.
Sempre ens estem fent preguntes. També passa que sovint hi ha uns egos molt grans: Jo vull fer una cosa i que quedi per sempre. Hem d’entendre que res dura per sempre. L’edifici que fem avui, d’aquí a 50 anys potser ja no tindrà el mateix ús. Els espais en si no tenen una funció determinada, aquesta vindrà determinada per la persones que hi vagin a cada moment. El que té sentit és que entenguem que les coses que fem no duraran per sempre. Si serveixen per ajudar a millorar el món, això sí que pot ser més perdurable que l’estructura física. En canvi, als arquitectes ens expliquen que les coses han de durar, evidentment que han de durar, però les condicions canvien molt.

Però l’estructura queda. En canvi, en les intervencions efímeres desapareix tot.
Queden les fotos i els records. Tot ha de ser bell en el seu instant precís, que serveixi durant aquell moment. Un objecte té raó de ser en un moment, i després l’has de deixar anar. I a vegades, això no sabem fer-ho.

OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

Iran

Aquest és un gran país, en molts sentits. Per la seva dimensió geogràfica, per la demografia, per posseir una cultura ancestral molt desenvolupada com la persa, per la seva economia, pel seu immens patrimoni històric... Té ara una societat molt dinàmica, formada, i amb nombrosos moviments avantguardistes al seu si, tant sigui en les arts visuals, musicals o literàries. Ha tingut, però, molta mala sort en la política i en uns sectors hegemònics interessats a mantenir una rígida estructura de clans i el predomini de valors religiosos que asfixien la seva població i, de manera molt especial, les dones. Ve de lluny. Terra de colonització anglesa, a la seva sortida es va convertir en un reducte de confessió xiïta en un entorn fonamentalment dominat per l'islam sunnita, i amb una monarquia més o menys laica però de comportament brutal i extremadament extractiva aprofitant el regal del petroli com van ser els Reza Pahlavi. El 1979, es va produir un aixecament popular, que va crear moltes expectatives entre l'esquerra europea, però que va acabar per convertir-se en una "revolució islàmica" que va portar els aiatol·làs al poder. Els iranians van passar d'una dictadura a una altra, amb l'afegit ara que s'instaurava una moralitat religiosa estricta i el predomini de la xaria com a referència legal i vital.

La Guàrdia Revolucionària, el cos militar i policial del règim, s'ha convertit durant aquests anys en l'elit econòmica i política, en una mena de nova burgesia. Tot i el formal predomini polític i

social d'allò religiós, la societat iraniana ha canviat, i molt, durant aquests quaranta anys. La duresa dels primers anys del règim s'ha relaxat, malgrat episodis de demostració que les coses segueixen igual. Especialment a la capital, sota la capa de religiositat aparent, hi ha un món que bull, amb gent jove formada capaç de generar una dinàmica cultural laica molt important i interessant. Queden, però, vestigis de l'islamisme més tradicional i repressor de nous costums com són la Policia de la Moral, la qual

L'aspiració a una vida moderna i lliure ha rebut la repressió violenta del règim

vigila al carrer el manteniment estricte de la llei islàmica tot reprimint les dones que van liberalitzant o directament refusant l'ús obligatori del vel. Justament una acció d'aquest cos que va posar fi a la vida d'una noia que es va resistir a la imposició, Masha Amini, el mes de setembre d'enguany. Es van precipitar un seguit de manifestacions i aldarulls al país, protagonitzats per joves d'ambdós sexes, en els quals es posava en qüestió no només la moralitat imposada, sinó el mateix règim. Es desbordaven les energies i els malestars acumulats en una societat que, en bona part, aspirava a una vida moderna i lliure. La repressió extremadament violenta ha estat la contestat del règim. Es parla ja de més de

300 morts provocades per les actuacions policials.

El futbol iranià va tenir, al Mundial de Qatar, un gest de gran dignitat. Es va negar a cantar l'himne com a protesta pel que estava passant al seu país, amb les conseqüències que això de ben segur els comportarà. De manera paral·lela, el règim va marcar el terreny de joc condemnant a mort al futbolista Amir Nasr-Azadani amb l'atribució d'haver participat en manifestacions polítiques. L'acusació, com en altres figures públiques ja penjades perquè facin d'escarment, és haver comès el pecat de la *moharebeh*, o sigui, d'enemistat amb Déu. Qui esperés un moviment de solidaritat en el món del futbol anava errat. Tot això ha succeït i s'ha conegut durant el Mundial de Qatar, un esdeveniment per a glòria i blanqueig d'un emirat tant o més totalitari i repressiu que l'Iran. Ni una referència per part de cap selecció o jugador de cap país, i ja no diguem dels organismes federatius que s'engreixen amb aquest esport. Allà on no ha arribat una certa noció del bé, tampoc ho ha fet el sentit solidari que podia induir el caràcter corporatiu per la feina del condemnat. Messi ha perdut una oportunitat d'or per ser realment gran més enllà del seu joc. Li pertocava especialment a ell fer un pas endavant i manifestar-se, no per prendre partit polític, sinó en defensa de la dignitat i la vida. Probablement, la capa amb fils d'or que li va imposar el xeic catari l'immunitzava contra qualsevol percepció o sentit moral. El Déu argentí no està ja per coses mundanes.



Susanna Barquin

DE ROSSEGONS

Sense dates

Desembre és el mes de l'alegria, l'amor, la hipocresia, la tristor, la nostàlgia, la pau, la família. És el mes del dia més curt i la nit més llarga. De la loteria, dels torrons, el tió i els regals. Del gran recapte, de les enceses de llums i de les pel·lícules ensucrades. De neu, si n'hi ha, de fred per a la majoria i de reflexió per a molts, que esperen una data en el calendari per a nous propòsits. Cada desembre des que tinc memòria és igual. El desembre és també el mes en què l'ONU va aprovar el conveni per a la repressió del tràfic de persones i l'explotació de la prostitució aliena. Va ser el 1949. No van desaparèixer aquestes pràctiques execrables, ni tan sols en els països que van promoure l'acord, però sí que va ser una fita important per posar aquestes tragèdies sobre la taula.

Segons estadístiques oficials sobre tràfic de persones amb finalitats d'explotació sexual, el 67% de les víctimes són dones adultes, el 25% són nenes menors d'edat. El 5% de les víctimes

són homes adults i el 3% són nens menors d'edat.

L'explotació sexual inclou, per descomptat, el matrimoni forçat, perquè un document no blanqueja l'acció contra la voluntat de les persones. Corea del Nord i Eritrea encapçalen l'índex mundial de països amb més prevalença d'esclavitud moderna, seguits de Burundi, la República Centreafricana i l'Afganistan. I ens fa l'efecte que això queda lluny de casa, però si tenim en compte que més de 350 mil milions d'euros en importacions per part dels 20 països més desenvolupats corresponen a sectors i origen amb elevat risc d'esclavitud, la cosa ja és, o hauria de ser, més propera. L'esclavitud moderna pot tenir la forma d'explotació sexual, treball forçat, tràfic laboral d'adults i de menors, nens soldats, matrimonis infantils i d'adultes forçats, i esclavitud per deutes.

Tots els índex i informes revelen com les dones i les nenes són, som, especial-

ment vulnerables a l'esclavitud, perquè, a més dels treballs forçats, els matrimonis en contra de la voluntat afecten més de 15 milions de dones i nenes. A la nostra Europa, continent dels valors –des de fa unes poques dècades, les coses com siguin–, podríem parlar, a més, de formes postmodernes de vulnerar la voluntat de les persones. Només cal veure o llegir els bombardeigs d'informació parcial i partidista sobre qualsevol cosa relacionada amb la condició sexual, amb les condicions laborals o amb la propietat privada per adonar-se quant de camí ens queda per arribar a entendre que les persones som aquí per cuidar-nos les unes de les altres. Per què, si no? Al final, fora del desembre, la felicitat també, i sobretot, ha de ser una fita col·lectiva, passada de moda tal vegada. Perquè la felicitat, es posin com es posin els venedors de fum, els que l'han volgut embolicar d'efervescències passatgeres, significa portar un vida digna de ser vívida.

LLIBRES

CRÍTICA LITERÀRIA

Anna Ruiz Mestre

“Les dones necessitem roba amb butxaques...”

Coco Chanel va reivindicar i cosir en la roba femení *les butxaques*, i G. Sand vestia d’home per la comoditat de pantalons i butxaques. Malgrat elles, en ple segle XXI, no s’han normalitzat en la vestimenta femenina (mida diferent de butxaques dels texans dels uns i les altres, vestits de mudar de les dones...).

La J. Russ en parla en ell seu llibre editat en català, per Raig Verd –de trajectòria lloable en el seu camp– i traduït bella i rigorosament per Míriam Cano. Una sort per als lectors i el país la traducció de grans assajos.

L’absència de les dones en la literatura i l’art en general des de fa segles, i la distorsió i insistència de la societat masclista-capitalista per no visibilitzar-les és un clam en l’obra. Tenim, doncs, una visió esbiada i esquifida de la realitat.

La pobresa i la manca de temps ha marcat les dones escriptores. Una altra causa poderosa d’aquest fracàs ha estat el *desencoratjament* constant, que ho deixessin córrer, o bé la negació de l’autoria, o bé dir que això els ho escrivia algun home, o contaminar-ho dient que escriure, fer música, pintar, cantar és immoral.

L’ús del pseudònim en les dones no és casual. Sabeu que la mare de Van Gogh escrivia i pintava? O l’Alma, la dona de Mah-

ler, sovint li feia les orquestracions? O la germana de Mendelssohn, també compositora, sembla que va fer obres que es van atribuir al seu germà? Les seves obres es classifiquen com a pròpies del masclisme més proper... Sovint es veuen marcades pel mite del “triomf aïllat” que diu Russ: “Només ha fet una obra bona, la resta no val res.” A dia d’avui, mireu la proporció de dones i homes en els llibres de text. És una salvatjada molt ben articulada per la societat capitalista.

Les dones artistes tenen manca de models. Si parlem de pintura, fins no fa gaire no podien tenir models nus, ni tan sols femenins! Si parlem d’incloure-les en el *cànon*, se n’hi posa una petita mostra, o cap. I marginats com les dones, l’art negre, l’art xicano, les escriptores de color... Si miréssim bé els marges de la història, quantes dones noves apareixerien, lluny del biaix actual.

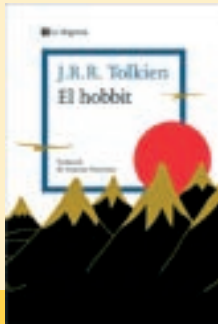
És un assaig profund, agut, ordenat, transparent, que mostra la feina pendent. Ella ho fa com a nord-americana, però en l’epíleg de Mariló Álvarez, parla de la nostra literatura i queda clar que sense dilacions hem de treballar *per retornar-nos els noms* de la ingent quantitat de dones silenciades.



“COM DESTRUIR L’ESCRITURA DE LES DONES”

Autora: Joanna Russ
Editorial: Raig Verd
Lloc i any d’edició: Barcelona 2022
Nombre de pàgines: 246

NOVETATS EDITORIALS



‘El hòbbit’
J.R.R. Tolkien
La Magrana

Un clàssic de la literatura fantàstica recuperat per al català en una nova traducció de Francesc Parcerisas. Per a lectors joves que no el coneixien, o per als més grans que no s’hi hagien atrevit encara, una bona ocasió per endinsar-se en la història del hòbbit Bilbo, a qui la vida li canvia quan és reclutat pel mag Gàndalf. I emprèn la seva gran aventura amb els nans d’Èrebor.



‘La columna’
Adrien Bosc
Univers

L’any 1936, una jove Simone Weil plena d’ideals va travessar la frontera per unir-se a la Columna Durruti i lluitar contra el feixisme. Un accident li ho va impedir, però va passar uns dies a l’Espanya dels inicis de la Guerra Civil i va quedar-ne impactada per la violència. L’escriptor Adrien Bosc reconstrueix aquell viatge d’una de les més importants pensadores europees del segle XX.



‘Antiguitats’
Cynthia Ozick
LaBreu Ed.

Un dels descobriments de la tardor ha estat aquest recull de cinc contes de l’autora nord-americana d’origen bielorús Cynthia Ozick. Cinc narracions breus, cinc *nouvelles* on apareixen històries explicades per veus joves que posen el focus en la decadència de les estructures familiars. Son històries plenes de referències, des de les bíbliques a les mitològiques d’una gran escriptora actual.



‘Els trenta ingloriosos’
Jacques Rancière
Ed. Laertes

Des del moviment dels indignats als *armilles grogues* passant per *occupy Wall Street* i altres esclats populars. El filòsof francès Jacques Rancière, implicat des de sempre en la societat del seu present (i no només com a científic o pensador sinó com a ciutadà) analitza tres dècades de moviments socials i de les respostes que hi dona l’Estat. També el nou populisme i autoritarisme.



‘Emma, la petita dragona’
Pep Molist / Marta Cabrol
Pagès Ed.

Heu pensat mai que un drac té ales per volar, escates per nedar, potes per caminar i boca per alenar flames... i que això no deixa de ser l’expressió dels quatre elements (aire, aigua, terra i foc)? En moltes cultures, és present aquesta interpretació de la seva figura. Pep Molist i Marta Cabrol ho expliquen en un poema il·lustrat de quatre estrofes, per als més petits de la casa.

LLENGUA

EL 9 ETS I UTS

257



LÈXIC

Cap d'Any

Per acomiadar l'any 2022 (sí, acomiadar, no *despedir*) us portem un Ets i Uts sobre les dites, expressions i sentits diversos d'aquests dies. Tradicionalment el Cap d'Any ha estat sempre el dia 1 de gener, ja que és quan comença l'any i per tant, un dels extrems d'aquesta mesura de temps. Des de fa uns anys, per influències varies, aquesta expressió ha passat a designar majoritàriament l'últim dia de l'any, el 31 de desembre. Com per totes les dates senyalades hi ha multitud d'expressions sobre el temps, especulant si serà un bon any (de collites, de temps o de relacions personals) o si al contrari serà un any nefast. Això ho pot determinar, segons la saviesa popular, que faci fred (*Cap d'Any gelat, any de molt blat – Gelada de Cap d'Any, pa per tot l'any*), que hi hagi o no precipitacions (*Cap d'any serè, tot l'any va bé; Pluja de Cap d'Any, du mal ave-*

rany) o que fem una feina o una altra (*Segons cacis per Cap d'Any, caçarà la resta de l'any; Si et cases per Cap d'Any, lluna de mel fins a Sant Miquel*). Com podem veure, som un poble realment supersticiós i molt lligat a les activitats de la terra i la religió.

A banda d'aquests refranys, la majoria en desús, cada any tenim un personatge que distreu la mainada i els fa buscar una cara irreal en totes les persones. Efectivament, parlem de l'home dels nassos, que només apareix el dia 31 de desembre i que té tants nassos com dies té l'any. Menys conegut, però igual de mític és L'home de les orelles, que podem veure el dia 30 i que també té tantes orelles com dies té l'any.

Extret de Paremiologia catalana comparada digital (dites.cat)

Us animem a seguir aquesta secció i us convidem a fer-nos arribar consultes i comentaris a través de **vic.ass@cpnl.cat**

Oficines i serveis:
granollers@cpnl.cat
ripolles@cpnl.cat
vic@cpnl.cat

www.cpnl.cat/xarxa/cnlosona/

Des del CNL d'Osona us desitgem un molt bon any 2023, i que passeu un bon Cap d'Any ja sigui el 31 de desembre o l'1 de gener!



ELS MILLORS MINUTS DE LA NOSTRA VIDA

Jordi Remolins

Deixar propina... o no

Encara que he assumit des de fa temps que no soc ni de lluny la persona més generosa del planeta, quan tinc la sort de fer el vermut fora de casa, m'he acostumat –excepte quan el tracte, el to o les mirades no són les més adequades– de deixar propina. Últimament no només això, sinó que si paga un amic li suggereixo que ho faci, amb l'argument que anar a un bar a fer el vermut és un luxe, i que per tant deixar un euro o el que ell vulgui és una forma d'agrair el servei que t'han ofert. No tothom hi està d'acord, i entenc que pugui haver-hi persones a qui costa bastant arribar a final de mes i a qui mai li han donat propina, i per tant no en tinguin cap ganes. Però vaja, que cadascú faci el que vulgui, tot i que si la gent donés més propina potser els propietaris dels bars es guanyarien una mica millor la vida, i potser fins i tot si se n'estengués el costum, el pàncrees d'alguns clients no se'n ressentiria tant perquè consumirien menys.

A *Reservoir Dogs*, la pel·lícula que va suposar el debut de Quentin Tarantino al cinema, el Mr. Pink que interpretava Steve Buscemi es nega a deixar un euro de propina com els seus companys de taula, fins que pràcticament l'hi obliguen. El seu raonament és que quan vas a un McDonald's ningú hi deixa propina, i en canvi als Estats Units sembla que sigui obligatori donar-ne en qualsevol altre establiment convencional, encara que l'atenció rebuda sigui millorable. Fins i tot el Mr. Blue, interpretat per l'expresidiari i brillant autor de novel·la negra Edward Bunker, li pregunta si pretenia que la cambrera li fes una



fel·lació sota la taula per guanyar-se el seu miserable dòlar.

Tot i disposar d'un pressupost de poc més d'1'2 milions de dòlars que amb prou feines deuria deixar marge perquè els actors i equip tècnic de *Reservoir Dogs* deixessin propina a les tavernes

que freqüentaven, Tarantino va aconseguir reunir-hi actors que es trobaven en el zenit de la seva trajectòria, com Buscemi, l'immens Harvey Keitel, Chris Penn, Tim Roth o l'habitual en la seva filmografia Michael Madsen. El mateix director hi interpreta un petit paper secundari, en una pel·lícula on els diàlegs aconseguien ser tant o més importants com l'argument, una tendència que es perllongaria en el decurs de la seva obra. La promesa de dirigir només 10 pel·lícules plana com una espasa de Dàmocles sobre el cap dels aficionats al seu cinema. De moment ha signat nou pel·lícules com *Pulp Fiction* (1994), *Jackie Brown* (1997), *Kill Bill* (2003-2004), *Death Proof* (2007), *Malditos Bastardos* (2009), *Django desencadenado* (2012), *Los odiosos ocho* (2015) i *Érase una vez en América* (2019) que tenen tant valor per elles mateixes com per haver traslladat a la pantalla la cinefília de Tarantino, recuperant bandes sonores de genis com Morricone, Bruno Nicolai o Stelvio Cipriani, o fent referència a títols poc reconeguts fins aleshores.

Esperant que incompleixi la seva paraula, intentaré també deixar de donar pel sac als clients de bars que no tenen cap ganes de donar propina o que algú tan repel·lent com jo mateix els parli de pel·lícules que els interessin molt menys que la seva cervesa o vas de vi.

Quentin Tarantino estrena la seva primera pel·lícula, 'Reservoir Dogs', al festival de Sundance

MÚSICA

EL CLÀSSIC

Jaume Espuny

JOAN MANUEL SERRAT

'Ara que tinc vint anys'
Edigsa, 1967

Ara que Joan Manuel Serrat s'ha jubilat en públic amb uns quants concerts multitudinaris, és un bon moment per recordar el seu primer disc de llarga durada, aquest *Ara que tinc vint anys*, del 1967. Gairebé prehistòric. Abans havia publicat uns quants discos senzills, amb cançons immortals com "Paraules d'amor" o "Cançó de matinada". Aquí n'hi trobem també unes quantes que han quedat en la memòria de molts, com la del títol del disc, "Ara que tinc vint anys", tota una declaració de principis del llavors jove cantautor. Les més recordades i possiblement les millors són "Els vells amants", "El drapaire", "Me'n vaig a peu", "Cançó de bressol" i per sobre de tot la dura i trista "La tieta", on Serrat demostra que a més de músic era un enorme poeta: "I un mirall esquerdat li



dirà: Ja et fas gran. / Com ha passat el temps... Com han volat els anys... / Quants somnis de jovent pels carrers s'han perdut... / Com s'arruga la pell... Com s'ensorren ells ulls...". D'aquesta cançó en va fer una excel·lent versió la famosa cantant italiana Mina. Al cap de dos anys, Serrat gravaria el primer disc en castellà i el va convertir en una figura tant a Espanya com a Sud-amèrica i des de llavors ha anat alternant discos en els dos idiomes. Però la majoria de les cançons d'aquest disc han continuat ben vives en els seus concerts arreu del món.

EL TEST
Pere Sellarès

Primer instrument que vas tocar? Una harmònica que em van passar els Reis. **Primer grup o formació del qual vas formar part.** Quan estudiava al Seminari de Vic teníem un grup que es deia els Diablos Rojos. Jo tocava la bateria, en Joan Crosas, la guitarra... i actuàvem al pati de l'Ós del mateix Seminari. **Primer disc que et vas comprar?** Un d'en Raimon, *Al vent*. **Quants discos tens?** He fet neteja però tenia uns 150 vinils i uns 150 CD. **Salva'n tres.** Un de Mozart, un de Bruce Springsteen i un de l'Orfeó Català. **Un concert (com a públic) per recordar.** El *Tirant lo Blanc* cantat per corals infantils, entre elles la Xicalla, al Palau de la Música Catalana.

XEVI VILAREGUT



NOTES

Neix una cervesa per homenatjar Sangtraït

Sangtraït no tornarà. La banda més exitosa i mítica del rock dur nacional fa 21 anys que va deixar els escenaris i el 3 de gener farà tres anys ja de la mort del seu carismàtic bateria, Martín Rodríguez. Però el seu esperit i les seves cançons segueixen vius. Les cançons, amb un parell de grups de tribut que fan concerts arreu de Catalunya i l'esperit, amb iniciatives com la nova Alè de 1.100, una cervesa dedicada a la banda feta per Jordi de Mier (propietari de l'obrador Cerveses JK) amb la col·laboració d'en Quim de la Cerveseria Catalluna de Barcelona. El nom de la cervesa no és en va. Es diu Alè de 1.100 perquè aquesta era la vuitena cançó de l'àlbum *Contes i llegendes* (Picap, 1993), la portada del qual ha servit també per inspirar l'etiqueta d'una beguda ecològica feta en la seva majoria amb ingredients locals. Els cervesers expliquen que Sangtraït els va marcar molt durant la seva joventut i que, de fet, la seva



amistat va néixer quan es van trobar a la presentació del disc d'homenatge al grup que es va fer a la sala Luz de Gas el 2014. Sangtraït, nascut a la Jonquera el 1982, es va convertir en un dels grups més exitosos i escoltats del panorama català dels anys noranta. Va gravar vuit discos i van plegar veles el 2001 amb un concert de comiat a la sala Razzmatazz de Barcelona. Ara, el seu record reviu a cop de glops de cervesa. Salut!

NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

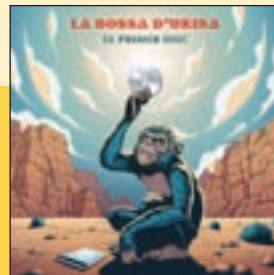
Jordi Sunyer

ANNA URPINA
'Baroque/Modern'

El primer disc de la violinista vigatana Anna Urpina fa col·lecció de guardons a mig món. Entre d'altres, fa unes setmanes va guanyar la medalla d'or del World Classical Music Awards al Regne Unit en la categoria de música clàssica. La seva proposta va ser la premiada entre 447 candidats de 24 països diferents. Amb aquestes credencials, és evident que estem davant una obra mestra. Un disc amb quatre peces interpretades amb un violí barroc acompanyat de clavicèmbal i quatre peces modernes amb violí convencional acompanyat de piano. Un tresor.

MANOLO GARCÍA
'Mi vida en Marte'

El disc del cantant Manolo García va sortir a la primavera però en parlem avui aquí perquè val molt la pena i perquè pot ser un molt bon regal de Reis. La pandèmia el va enxampar treballant (l'home, ja sigui cantant, pintant o escrivint, no para mai) i a l'abril va parir un doble àlbum fruit d'aquella etapa, l'elèctric *Mi vida en Marte* i l'acústic *Desatinos desplumados*. Els va començar a presentar en directe al juny tot i que a partir del novembre els va haver de cancel·lar tots per problemes de salut. Esperem que aquest 2023 pugui tornar als escenaris. El seu hàbitat.

LA BOSSA D'URINA
'El primer disc'

La Bossa d'Urina és un duet format per Oriol Nieto i Daniel Bolsa amb un peu a Granollers i un altre a Califòrnia que factura *dream pop* amb espurnes de música màquina, rock dur i balades èpiques. Les lletres parlen de l'absurditat de l'existència i de l'estupidesa humana tot i que també hi ha espai per a l'amor universal o la crítica social, com passa en "Les criptomonedes", el primer *single* del nou disc del qual han fet un videoclip excel·lent. Per cert, tot i titular-se *El primer disc* aquesta és ja la tercera entrega discogràfica de La Bossa d'Urina.

GASTRONOMIA

Eva Remolina / AMIC

10 trucs de cuina molt útils (I)

Aquests són alguns trucs fàcils que pots fer a casa per millorar a la cuina i per aprofitar millor els aliments



- 1. Per treure l'olor dels tàpers, els pots emplenar de boles de paper de diari, tapar-los i deixar-los així durant dos o tres dies. Passat aquest temps, renta'ls i l'olor desapareixerà.
- 2. Per conservar la ceba, l'all, els pebrots o qualsevol altra verdura que vegis que no utilitzaràs pròximament, pots trossejar-les i congelar-les i anar-les traient cada vegada que hakis de fer un sofregit o qualsevol guisat.
- 3. Per pelar millor els ous durs, n'hi ha prou de tirar un rajolí de vinagre a l'aigua de la cocció.
- 4. Per treure l'olor d'all de les mans, el que has de fer és fregar els dits contra la fulla d'un ganivet o un altre objecte metàl·lic sota un doll d'aigua.
- 5. Si has de beure un vi jove i vols que tingui més sabor, el pots batre durant uns segons.
- 6. La coliflor o el bròcoli no faran olor quan el coguis si afegeixes a l'aigua de la cocció uns palets d'api. També hi ha qui utilitza una molla de pa.
- 7. Per tornar a fer que el pa que t'ha quedat tou torni a estar cruixent, humiteja'l una mica i fica'l al microones embolicat en paper de cuina durant uns segons.
- 8. Evitaràs que l'oli esquitxi quan fregeixis un ou si a l'oli calent hi afegeixes un polsim de farina.
- 9. Quan facis un pastís o bescurt, mai el tallis en calent, deixa'l refredar. Així et serà molt més fàcil.
- 10. Si el menjar t'ha quedat salat, el que pots fer és posar a la mateixa olla una patata i posar-la a coure durant uns minuts. La patata és bon absorbent de la sal.

CURIOSITATS

Eva Remolina / AMIC

La història de les galetes Oreo

Les galetes Oreo van ser creades l'any 1912 de la mà de Nabisco, una cadena d'alimentació amb seu a Manhattan i que aglutina diferents empreses.

No va ser, no obstant això, fins al 1975 que es comencen a comercialitzar a Espanya



Les Oreo, tot i l'èxit obtingut a tot el món (són presents en més de 100 països) no són unes galetes originals, sinó que són una còpia de les galetes Hydrox, de la marca Sunshine, i que havien aparegut al mercat quatre anys abans. Aquestes, no obstant això, no van córrer la mateixa sort, entre altres coses perquè el nom no acabava d'agradar als consumidors, ja que l'identificaven amb els productes químics.

La primera galeta Oreo es va vendre (a granel) el 6 de març de l'any 1912 a New Jersey, un dia que curiosament a l'actualitat encara se celebra als Estats Units, com el dia de les Oreo.

Moltes variants i sabors han sorgit des de la seva primera aparició, com les de gust de llimona (només van estar uns mesos a la venda), les orades (golden) amb gust de vainilla o les banyades en xocolata amb llet i xocolata blanca. Tot i així, la que més s'ha venut és l'original.

Les galetes Oreo tenen moltes altres anècdotes, com la del nom, d'origen incert, que uns atribueixen a l'embalatge daurat amb el qual es va començar a vendre i que recordava l'or, mentre que d'altres sostenen que ve del nom en grec *oreo*, que significa 'bell'.

En els seus inicis la galeta es deia Oreo Biscuit, però anys més tard es va passar a dir Oreo Sandvitx i finalment Oreo, tal com la coneixem avui dia.

També el disseny d'aquestes galetes ha sofert diverses modificacions, fins que l'any 1952 es va idear l'actual dibuix amb el trèvol de quatre fulles i el nom i el logo de l'empresa imprès a la galeta.

Actualment, la galeta Oreo pot presumir de ser la preferida dels consumidors (segons múltiples enquestes) i de vendre'n més de 40.000 milions d'unitats a tot el món.

EMPRESA FAMILIAR

Jordi Taragona / jordi@bowfc.com

FORMAR ACCIONISTES

Un dels reptes per a la continuïtat de les empreses familiars és la formació d'accionistes responsables, presents i futurs, conscients dels seus deures i drets, interessats i implicats en el futur de l'empresa, treballin en ella o no. I la responsabilitat d'aquest repte és del consell de família, o persona que faci les seves funcions, i del govern de l'empresa.

Igual que per a l'èxit del projecte empresarial és essencial la formació i implicació dels col·laboradors, també ho és la dels accionistes actuals i futurs. A les empreses cotitzades, a més a més de les juntes anuals, es fa el que es coneix en l'argot

Si no tenim accionistes formats, que entenguin el que és una empresa, que diferenciïn entre beneficis i caixa, que tinguin implicació en un projecte a llarg termini més enllà de percebre dividend, com volem que donin un cop de mà quan vinguin magres i no hi hagi beneficis a repartir, o quan s'hagi de reinvertir per garantir el futur?

Els accionistes d'una empresa cotitzada solen estar molt de pas, en funció de la cotització; però els de les empreses familiars tenen més difícil la sortida pacífica, és a dir que ho són més a llarg termini. Això és un avantatge i un perill. Perill perquè es pot anar deixant per demà la seva formació, pensant que "dia que passa, any empeny," en donar per suposada la seva permanència. Un avantatge perquè si la relació és a llarg termini és més fàcil planificar.

La formació dels accionistes familiars comença a casa, com a futuribles. Quins valors se'ls transmet? Com, quan i de què es parla a la família sobre l'empresa? Es transmet només el negatiu (problemes, maldecaps, cansament...) o també el positiu (creació de llocs de treball i riquesa, superació de reptes...) de tenir una empresa? Els valors i l'estima es transmeten principalment a la llar, i la parella progenitora hi pot tenir un paper fonamental.

Els accionistes formats tenen molt clara la diferència entre propietat, govern i direcció; simplificant, la propietat decideix quin és el negoci i escull el govern, el govern decideix la partitura i el director dirigeix l'orquestra. Els accionistes formats saben què han de preguntar a la junta general.

Hi ha coses, com els valors i l'estima per l'empresa, que quasi només els pot transmetre la família. Altres com les peculiaritats del negoci s'adquireixen a l'empresa principalment. Però hi ha coneixements que és més fàcil adquirir a fora, des dels d'empresa com són la comptabilitat o màrqueting, entre d'altres, que tenen molta formació reglada a les universitats i escoles de negocis, fins als de família empresària, que solen ser menys freqüents.

Els accionistes d'empresa familiar a més a més d'estar formats en temes d'empresa i de negoci ho han d'estar en els de família empresària. Perquè no és el mateix ser socis amb estranys que amb persones amb les quals es té una relació que ve de lluny i que continuarà de per vida (et pots enfadar amb la família, però no esborra). Relació en la qual els sentiments estan molt presents. Han de saber a quins reptes hauran d'enfrontar-se com a accionistes familiars i quines eines tenen per fer-ho.



JCOMP-FREEPIK

com a *roadshows* (presentacions itinerants) per mantenir informats i interessats als accionistes actuals i potencials, als fons d'inversió i als analistes. Doncs similar s'ha de fer a les empreses familiars. Com volem que els accionistes estiguin interessats si no ens preocupem d'enamorar-los, de fer activitats informatives interessants i atractives?

Eva Remolina / AMIC

Trucs per estalviar benzina

Durant el 2022 hem anat veient com el preu del carburant ha anat pujant dia a dia. En les últimes setmanes, la pujada ens està donant una treva, però encara el seu cost està molt lluny del que tenia abans de l'inici de la guerra entre Rússia i Ucraïna.

Afortunadament, hi ha alguns trucs que podem portar a terme tant en el moment de la conducció com en el proveïment de carburant i que poden ajudar-nos a reduir-ne el consum i que es noti a la nostra butxaca. Són aquests:

- Els canvis de marxa han de realitzar-se quan el motor està entre 2.000 i 2.500 revolucions per minut en el cas dels automòbils de gasolina i entre 1.500 i 2.000 en els de dièsel.



- Cal mantenir la velocitat constant sempre que es pugui. Són els canvis bruscos com les frenades i les accelerades els que ens fan perdre més diners, per la qual cosa és millor circular entre els 90 i els 110 quilòmetres o connectar la velocitat de creuer de manera estable.

- Cal usar les marxes adequades en cada moment. Les marxes curtes (primera i segona) són les que més consumeixen.

- Altres aspectes que ens fan perdre molts diners són l'ús de la calefacció, l'aire condicionat, les càrregues excessives o la utilització de vaques o portaesquí, així com abaixar les finestres, perquè entre d'altres coses exerceixen major resistència a l'aire.

En el moment de proveir-se de benzina, també hem d'anar amb compte:

- S'aconsella no esgotar el dipòsit, ja que quan hi ha poca gasolina s'acumula més aire i fa que la gasolina s'evapori.

- El millor moment per fer provisió de benzina és a primera hora del matí, que és quan el carburant està més fred i dens i hi entra més quantitat de benzina.

ALEGRIA INTERIOR

Irene Boixeda / irene@alegriainterior.com

Ioga

La paraula *ioga* rau en l'arrel sànscrita *yuj*, que vol dir 'unir, ajuntar, subjectar'. Es tracta d'una filosofia o forma de vida originària de l'Índia que apareix entre 2000 i 3000 aC. Aquest sistema està format per vuit branques que el savi Pantajali va esquematitzar dins de la seva obra *Yoga Sutres*. Segons aquesta visió de la vida, tot el que existeix està format per un esperit universal. Allò fonamental d'aquesta filosofia rau en uns preceptes basats en l'autoconeixement, començant per comprendre certes premisses importants que ajudaran en l'evolució tant personal com transpersonal.

Patanjali posa ordre a la saviesa del ioga i crea vuit passos: Yamas, Niyamas, Asanas, Pranayamas, Pratyahara, Dharana, Dhyana, Samadhi.

Quan ens referim al ioga ancestral ho fem des de la part més conscient aplicant els coneixements conjunts des d'un treball interior més profund treballant tant els principis morals com les observacions personals, així com les postures i la importància de la nostra respiració. També l'abstracció dels sentits forma part d'aquestes premisses juntament amb la concentració i la meditació per arribar a un estat de conjunt o unitat.



La meva primera experiència amb el ioga va ser per necessitat només física. Venia d'una lesió d'hèrnia discal que em provocava un dolor insuportable. Algú savi em va recomanar aquesta filosofia i vaig endinsar-m'hi amb l'únic propòsit de curar-me o millorar el meu estat físic. Però la meva sorpresa va ser adonar-me que era un treball que anava molt més enllà del cos i que m'ajudava a calmar l'estrès i l'angoixa que patia aleshores. Vaig conèixer diferents formes de treballar el ioga i em van agradar totes les que la vida em va portar. Fins que una temporada per falta de temps ho vaig haver de deixar de banda. Tot i així, ho vaig seguir practicant a casa per salut i diria més per supervivència. El ioga s'ha convertit en un hàbit en la meua vida i us puc dir que en conjunt em fa sentir millor que abans.

Una anècdota que recordo dels primers contactes que vaig tenir-hi va ser una conversa amb una persona gran que compartíem la pràctica i que em va explicar que des que ella practicava ioga amb el temps s'havia hagut d'allargar tots els pantalons perquè el seu cos s'havia desencongit i era com si s'hagués estirat. A mi em va deixar perplexa. Me la vaig creure, perquè era una persona que m'inspirava confiança i el que deia tenia un cert sentit. Ara ho sé per pròpia experiència, ja que amb la pràctica amorosa i continuada d'aquesta filosofia he comprovat canvis profunds entre els quals l'allargament d'algunes parts del cos que em permeten viure sense dolor. Amb pau i comprensió puc viure millor el meu cos tant físic com energètic, emocional, mental i espiritual. Agraïxo infinitament al ioga tot el que m'ha aportat. Gràcies, estimat lector, per llegir aquestes paraules. Namasté.

Bona entrada d'any amb salut, amics!

HORÒSCOP

Roser Bona

Del 30-12-2022 al 5-01-2022

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Les circumstàncies et fan veure altres maneres de viure i fas un exercici d'adaptació. Reps el nou any amb ganes d'expandir horitzons i conèixer altres països i cultures.

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

Si tens problemes d'ansietat, et poses finalment en mans del professional adequat. Has entès que els diners són per gaudir-ne i surts a comprar regals per a qui més estimes.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

L'economia et preocupa. Pren-t'ho amb més calma i trobaràs solucions. Si tens una relació de parella, podeu fer un pas endavant i cercar una casa on anar a viure plegats.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Els altres contribueixen al fet que agafis més responsabilitats. Oportunitat de fer una bona compra immobiliària. Una persona Sagitari o Peixos pot oferir-te la seva ajuda.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

El sector professional es mou, però és necessari actualitzar-se en coneixements i tecnologia. Si tens alguna molèstia de salut, podries apostar per una teràpia diferent.

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

Amb Mercuri retrògrad a la Casa V podries rebre el missatge d'una persona del teu passat sentimental. T'endinses amb valentia en les teves pors per poder gestionar-les.

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

Amb la Casa IV plena de planetes et mostres crític amb certs costums familiars i vols seguir el teu propi impuls. Possible escapada o viatge curt en bona companyia.

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

Podries descobrir algun engany o mentida d'una persona propera. T'interesses per aprendre una nova llengua. Caminar o fer més esport t'aproparà a la reflexió i l'equilibri.

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Si ets de gastar sense mesura, et poses seriós amb l'economia i comences a estalviar una mica. Si actues d'acord amb els teus valors, no permetràs que et manipulin tan fàcilment.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Mercuri retrògrad al teu signe pot ajudar-te a tenir una actitud més prudent amb persones que no són de fiar. Necessites més espai per viure i comences a buscar nova llar.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Una mica tip de portar el fre posat, vols que l'any que comença tingui més moviment. Vols experimentar, fer noves activitats i recuperar el contacte amb algunes amistats.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Amplies contactes i el telèfon treu fum. Hauràs de triar per evitar que t'envaeixin la intimitat. Si fa temps que treballes en un projecte, comences a veure'n els fruits.

CINEMA

LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Sergi Soler Ordeig

‘Historias para no contar’

De Cesc Gay



No sé si és correcte anomenar-lo encara, però m’acolliré que és un mite del cine, un imprescindible en aquesta disciplina: Cesc Gay és el Woody Allen espanyol. Tant de bo pogués dir que és el Woddy Allen català. Però és evident que el seu interès per la llengua catalana, veient la quantitat d’històries que passen a Barcelona sense un bri de català i amb gran quantitat d’argentins, és evident que el català el deu reservar per als seus amics més íntims, com l’Aznar.

Deixant de banda aquest tema, que és important –per això he començat per aquí– però que va més enllà del cine i, per tant, més enllà de la meva àrea de coneixement, *Historias para no contar* no mostra res nou en Cesc Gay, però funciona perquè és el seu estil perfeccionant-se. *Historias para no contar* són cinc episodis, tots amb un tema diferent dins la semàntica dels barcelonins pseudoneuròtics –perquè Gay també és incapaç de mirar més enllà de Barcelona–. L’auca de personatges gayana no és gaire extensa, però és altament dinàmica per poder parlar del tema que es vulgui, fent

que cada un representi una visió enfrontada a una altra; el diàleg farà la resta.

Amb els millors actors de la península, les historietes funcionen molt bé, i les interpretacions són tan naturals com poden arribar a ser amb els diàlegs naturalment ultramanipulats de Gay i Tomàs Aragay (el coguionista). Les situacions enginyoses i inversemblants se succeeixen lúdicament, i nosaltres, els espectadors, ja sabem que hi haurà un gir de guió inesperat (i esperat alhora) que ens sorprendrà, i que finalment tot serà un pèl irònic, i alguna espècie de lliçó haurem après. Tot això es gaudeix i tot això és Cesc Gay, però ara, sembla, amb més pressupost.

Una pel·lícula còmoda i amb gràcia. El poc risc que es pren és digne d’un picapedrer que fa les cases més boniques de totes, però totes són fetes de pedres boniques i poden arribar a cansar. Ara bé, de Cesc Gay només n’hi ha un, i com Woody Allen quan treia una pel·lícula a l’any, tampoc fa falta que arrisqui o canviï res (potser que s’obri una mica al català); ens agrada Cesc Gay.

OFERTA CULTURAL

M. Erra / T. Terradas



JULIÁN VÁZQUEZ

Concert de Roger Mas al Festival Silenci de la Garriga

Roger Mas. Església de Sant Esteve (Festival Silenci). Divendres, 30 de desembre, 21.30h.

El cantautor Roger Mas actuarà aquest divendres al vespre a l’església de la Garriga en el marc del Festival Silenci, que enguany celebra la seva tercera edició tot emmarcant concerts de petit i mitjà format en espais religiosos del municipi. El de Solsona presentarà el seu darrer disc, *Totes les flors*, en el marc d’una gira que commemora els seus 25 anys als escenaris.



Quico el Célio, a Parets

Quico el Célio, el Noi i el Mut de Ferreries. Teatre Can Rajoler, Parets del Vallès. Diumenge, 1 de gener, 19.00h.

Una de les bandes més carismàtiques i amb més trajectòria de la música d’arrel a casa nostra, Quico el Célio, el Noi i el Mut de Ferreries, oferirà aquest diumenge un concert de Cap d’Any al Teatre Can Rajoler de Parets. Els de les Terres de l’Ebre vindran a presentar el seu espectacle *Lo misteri de Nadal*.



Tastet de Gospel, a Taradell

‘Gospelwill’. Can Costa i Font, Taradell. Diumenge, 1 de gener, 19.00h.

El Centre Cultural de Can Costa i Font de Taradell acull diumenge, dia d’any nou, l’estrena de *Gospelwill*, el nou espectacle de Tastet de Gospel. Es tracta d’una història de vida portada als escenaris. La formació que el posarà en escena està integrada per 40 veus, una banda de músics i una ballarina (a la foto, la formació el 2017).

CINECLUB



AC GRANOLLERS

Divendres 30 de desembre - 19h

Dilluns 3 de gener - 19h
Cinema Edison

‘Broker’

Corea del Sud, 2022. Dir.: Hirokazu Koreeda. Drama. VO en coreà amb subtítols en castellà. Una nit plujosa una noia abandona el nadó a les portes d’una església. El nounat és recollit per dos homes que es dediquen a robar nadons abandonats per vendre’ls a pares disposats a pagar una tarifa. Quan la jove torna a l’església, penedida, descobreix el negoci il·legal dels dos homes i decideix unir-s’hi per trobar els pares adoptius més adequats. En aquest inusual viatge per carretera, el destí dels que es creuen a la vida del nen canviarà radicalment.

PASSATEMPS

MOTS ENCREUATS_ Pau Vidal

HORITZONTALS: 1. Restades del sou, com les faves que no quadren / 2. Pòquer d'asos no, d'as. Entre l'Alèxia i la Irina produeixen el complement animal / 3. Pagès amb espadenyes mallorquines. Música cubana per fer nones / 4. De tot una mica. Ormejos que surten botits de pops ben bufons. Una altra mica / 5. Dóna fe que tot està ben girat. Bombetes made in Las Vegas / 6. Heus-la aquí. Fer l'esforç d'envolar-se malgrat el pes de l'alabastre / 7. Tecla per donar pas. Conducte d'evacuació urgent / 8. Tan curt que ni a curt arriba. Fred com el vent de l'evangelí de no se qui. Versió Natural / 9. Aprofiti al màxim la poltrona. Sa companya és una patata, però ell és un trumfo / 10. Per cloure l'estratagema, rovell d'ou. Divisió cel·lular a mitja neurosi / 11. Si és mig homèric mig histèric?: no, és que està criptat. Una mica de sadisme / 12. Si cau al sot porta fortuna. Sobralls de suro, només bons per fer ruscos. Pilota a l'olla / 13. Com que no desfeia del tot, desconfia. Al meu hi ha el que puc atènyer.

VERTICALS: 1. Fa al·lusió al vers escrit amb una Olivetti. Un alemany al iogurt / 2. Enemics d'Ara i d'Abans. Incitacions monetàries. Triplica en despeses / 3. Se'n va a ritme de música de carnaval. Pors de mostrar símptomes de Parkinson / 4. Fer mitja volta de campana. Com que és un nap-buf resulta força còmic / 5. Altre cop la pilota. En el professional és una costumista convençuda. Tesis sense cap ni peus / 6. El cafè preferit de la Rossell. Caparé d'alguna manera el bisbe ortodox / 7. Manifestació hídrica del dolor. Desordre que empeny a refugiar-se a la nevera / 8. Antic

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												

funcionari encarregat de recaptar cracs forasters. Alci alci / 9. Les trobaràs dins d'un taxi. Tanta higiene et podria fer malbé la denteta. Al mocador de la Laura Borràs / 10. Desgràcia de vell poeta. Volum que es fortifica a tocar del mar / 11. Enòfila sense formació. Fulla necessitada de tractament psicològic. Mor en estranyes cricumstàncies / 12. Residents al calendari (i si no, a l'estació central de Barcelona). Preparat químic per acabar amb l'obligació matrimonial de la pubilla.

QUADRE NUMÈRIC

	-	6	-		-3
+		-		-	
	-		+		6
-		+		-	
	-	3	-		-2
3		8		-6	

SOPA DE LLETRES

O	A	A	F	T	A	X	O	J	D
N	A	B	R	T	H	E	V	L	H
A	O	C	U	R	I	L	O	I	V
I	D	A	O	T	A	M	B	O	R
P	L	J	L	R	S	T	W	W	R
F	K	T	I	O	D	I	T	P	N
B	R	Y	Y	M	K	I	I	U	H
A	N	Q	G	B	S	O	O	H	G
X	G	K	D	O	T	O	G	A	F
I	T	K	Z	L	Z	G	L	K	S

SUDOKUS

Ompliu la quadrícula de 9×9 caselles dividides en subquadrícules de 3×3 amb les xifres de l'1 al 9. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrícula.

Dificultat: difícil

				9				
4		9			6		5	7
3		6	8					
			2	7	5	6	8	
7					9	2		
	2		4			9	7	1
							4	9
			7		2			
		5	9	4	8			

Dificultat: molt fàcil

		3		6				
7				8		2		6
6		2		9	7	3	4	5
			5			7		4
	4			2			6	
	2	6	4			8		
3				5	8			
		8						
	6	4		3	2		5	

Trobeu aquestes paraules a la sopa de lletres. Poden anar en qualsevol direcció. Les paraules poden compartir lletres a mesura que es creuen.

Acordió
Fagot
Flauta
Guitarra
Lira
Piano
Tambor
Trombó
Tuba
Violí

SOLUCIONS

		6		8	3
	8	-	3	-	6
		-		+	-
6	2	+	1	-	5
		-	-		+
3	4	-	6	-	7

I	T	K	Z	L	Z	G	L	K	S
X	G	K	D	O	T	O	G	A	F
B	R	Y	Y	M	K	I	I	U	H
F	K	T	I	O	D	I	T	P	N
P	L	J	L	R	S	T	W	W	R
I	D	A	O	T	A	M	B	O	R
A	O	C	U	R	I	L	O	I	V
N	A	B	R	T	H	E	V	L	H
O	A	A	F	T	A	X	O	J	D

4	1	3	2	6	5	9	8	7
7	9	5	3	8	4	2	1	6
6	8	2	1	9	7	3	4	5
8	3	9	5	1	6	7	2	4
1	4	7	8	2	3	5	6	9
5	2	6	4	7	9	8	3	1
3	7	1	6	5	8	4	9	2
2	5	8	9	4	1	6	7	3
9	6	4	7	3	2	1	5	8

Dificultat: molt fàcil

2	8	7	5	9	4	3	1	6
4	1	9	3	2	6	8	5	7
3	5	6	8	1	7	4	9	2
1	9	3	2	7	5	6	8	4
7	6	4	1	8	9	2	3	5
5	2	8	4	6	3	9	7	1
8	3	2	6	5	1	7	4	9
9	4	1	7	3	2	5	6	8
6	7	5	9	4	8	1	2	3

Dificultat: difícil

1	D	E	S	C	O	M	P	T	A	D	E	S
2	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
3	C	A	M	P	E	R	O	L	O	S	O	N
4	T	B	O	T	I	R	O	N	S	T		
5	I	R	A	T	O	N	E	O	N	S		
6	L	A	B	A	T	R	E					
7	I	N	T	R	O	U	R	E	T	R	A	
8	C	U	R	I	D	E	L	I	D			
9	R	E	P	A	P	I	A	T	O			
10	G	E	M	A	A							
11	E	S	O	T	E	R	I	C	S	A	D	
12	R	U	S	C	A	L	L	S				
13	D	E	S	F	I	A	B	A	S	T		