

## ECONOMIA ■

El concepte de 'dolarització' reapareix a la campanya electoral d'Argentina

## GASTRONOMIA ■

Els productes de temporada aporten molts nutrients

EL

# MAGAZÍN

Núm. 300

Divendres, 27 d'octubre de 2023



GRISelda ESCRIGAS

# RICKY GIL

**"Si s'encareixen les entrades dels concerts grans, sempre ens quedarà l'opció del petit format"**



## ENTREVISTA

RICKY  
GIL

**“Sempre hem escoltat amb molta admiració la música anglosaxona dels 60, però en canvi hem menyspreat allò que es feia aquí”**



**Text: Oriol Serra**  
**Fotografia: Griselda Escrigas**

**El músic Ricky Gil presenta 'Artefactes sonors de l'underground català', el seu segon disc amb el grup Biscuit. Un àlbum de versions on reivindica pioners del pop i el rock català com Sisa, Toti Soler, Pau Riba, Maria del Mar Bonet, Gato Pérez o Melodrama. Gil també acaba de publicar el seu tercer llibre, 'Qui toca aquesta nit?', la crònica d'una seixantena de concerts que el cantant dels històrics Brighton 64 ha presenciat al llarg de tota la seva vida.**

**Com sorgeix la idea de fer un disc reivindicant els pioners del rock català?**

Van coincidir diversos factors. Mentre presentàvem en directe el primer disc, *Infinites rutes invisibles*, tant als components de Biscuit com a mi ens va anar picant la curiositat per la música catalana dels 60. Als assajos solíem escoltar discos d'aquella època i els comentàvem. Primer vam començar fent en directe una cançó de Toti Soler, *Hi ha gent*. Després vam provar de fer *Més enllà*, dels Xocs. I un cop vam tenir aquestes dues cançons assajades, vam plantejar-nos la possibilitat de fer tot un disc temàtic.

**Salvant casos com els de Pau Riba o Maria del Mar Bonet, la majoria d'artistes d'aquella generació han estat oblidats durant molt de temps. Els Xocs en són un bon exemple, i en podríem citar molts més. Per què l'escena musical catalana s'ha oblidat dels seus pioners?**

Durant la dècada dels 90, quan hi va haver tot l'auge del rock català, van sorgir grups que sí que van reivindicar una mica aquella generació. Els Pets, per exemple, solien citar Jordi Batiste i fins i tot van arribar-hi a fer alguna col·laboració. Però la majoria de gent d'aquella època, i m'hi incloc jo mateix, no els tenia gaire presents. Quan jo vaig començar a tocar a principis dels anys 80, grups dels 60 com Los Sirex o Los Salvajes eren vistos com una cosa molt carrinclona. Estaven en actiu, però eren gent molt veterana i els joves no ens acabàvem d'identificar amb la seva actitud. No va ser fins al cap d'uns anys que em vaig adonar

del valor que havien tingut aquells grups a la Barcelona i a la Catalunya de la dècada dels 60. I això si parlem de formacions que cantaven en català, perquè si parlem de les que ho feien en castellà, directament ni els coneixia. Havien desaparegut, estaven totalment oblidats.

**Aquests prejudicis i aquest desconeixement envers la música catalana i espanyola de les dècades dels 60 i els 70 han durat diverses generacions i arriben fins a data d'avui. En canvi, la música anglosaxona d'aquella mateixa època sempre l'hem escoltat sense manies.**

La música britànica i nord-americana d'aquella època sempre l'hem escoltat amb molt de respecte i des d'una gran admiració. Però en canvi, per allò que es feia aquí vam arribar a desenvolupar una mena de menyspreu. És un fenomen que he pogut observar al meu voltant, però que també reconec en mi mateix, i no sabia explicar-ne els motius. Qui sap, potser ens agrada flagel·lar-nos.

**Gravar aquest disc ha estat una forma de reparar aquest greuge històric?**

La veritat és que no ens ho vam plantejar d'aquesta manera. El més important era passar-nos-ho bé fent música, i en aquest sentit el criteri a l'hora de triar el repertori era que ens agradés i gaudíssim tocant-lo. Però és cert que ens ha costat arribar al punt on ens trobem ara mateix i gravar aquest disc. Parlo tant de mi com de Biscuit, però també de la gent del nostre entorn i fins i tot del públic. Ens ha costat molt a tots, en general, adonar-nos que cal reivindicar les coses bones que s'han fet al nostre país. I esperem que d'aquí a unes dècades també es reivindicui el que s'està ara, que no s'hagi oblidat.





**“Hi va haver un intent de portar Sisa a l'estudi per part dels Melodrama, que hi tenen confiança. Li van trucar, però els va respondre que estava retirat i no va venir”**

meitat del repertori la dec haver proposat jo, però l'altra meitat l'han proposat els Biscuit. Això vol dir que ells m'han descobert a mi moltes cançons, i jo els n'he descobert d'altres a ells. És un disc tan meu com seu.

**Tant vostè com Biscuit ja tenien carreres consolidades i de llarg recorregut quan van gravar junts per primer cop ara fa dos anys. Com va sorgir, la possibilitat de treballar plegats?**

Jo havia compost una sèrie de cançons i tenia ganes de gravar un disc lluny del meu entorn habitual. Vaig pensar en ells, els vaig trucar i van respondre molt bé. Des d'aleshores, la química que s'ha establert entre nosaltres ha estat molt bona.

**En aquest nou disc hi col·laboren alguns dels músics que van gravar aquestes cançons al seu moment, com Manel Joseph (Orquestra Plateria), Jordi Batiste (Màquina!, Ia & Batiste) o els germans Olivé de Melodrama.**

Als Melodrama els coneixia jo personalment i els vaig demanar que hi participessin. Amb Manel Joseph i Jordi Batiste ens hi va posar en contacte el periodista musical Àlex Gómez-Font, que és un gran expert en la música d'aquella època, va escriure les notes explicatives de cada cançó que surten a la carpeta interior del disc, i es va implicar molt a fons amb tot el projecte.

**Van contactar amb cap altre artista d'aquella època, per proposar-li participar en la gravació del disc?**

L'Àlex ens va dir que tant Manel Joseph com Jordi Batiste són dos músics que estan en actiu i que s'apunten a fer aquesta mena de coses, i a partir d'aquí tot va ser molt fàcil. Amb la resta no ho hem provat, perquè no saps com haurien reaccionat a aquestes alçades un Toti Soler, una Maria del Mar Bonet o una Guillermina Motta, ni si els hauria interessat. Sí que hi va haver un intent de portar Jaume Sisa a l'estudi per part dels Melodrama, que són molt amics seus i hi tenen confiança. Li van trucar, però Sisa els va respondre que estava retirat i que no sortia de casa, i no va venir.

**I un cop publicat el disc, han rebut algun comentari per part dels homenatjats?**

N'hem rebut un de molt curiós de part de Jordi Paniagua, de qui hem versionat *Un desig antic*, una cançó molt xula en una línia a mig camí del soul i el blues. Es tracta d'un músic molt desconegut que només va arribar a publicar un *single* del qual va fer dues versions, una en català i l'altra en castellà, amb les mateixes cançons però amb caràcteres de diferents colors. Els Om de Toti Soler i Jordi Sabatés li van fer de banda d'acompanyament. Després de gravar això es va retirar de la música i es va dedicar a fer de metge. Ara ja està jubilat, i es va posar en contacte amb nosaltres per dir-nos que estava molt content que haguéssim fet la seva cançó. Fins i tot va venir a la festa de presentació del disc que vam fer a la botiga Ultra-Local Records de Barcelona.

**Al disc també hi col·laboren Namina i Joana Serrat, dues artistes plenament contemporànies. D'alguna manera, el seu projecte amb Biscuit ha servit per unir diverses generacions.**

**Amb tot, sí que hi ha bandes joves que semblen connectar d'alguna manera amb aquest llegat. Penso per exemple en Fetus o, sobretot, La Ludwig Band.**

Parlant amb molts músics actuals, t'adones que ho coneixen. La gent del Modernisme Aborigen o Belda i el Conjunt Badabadoc han fet durant els darrers anys una tasca molt important de recuperació del ie-ie català. No és ben bé el que hem fet nosaltres, però va en una línia similar. I sí que t'adones que s'ha anat despertant l'interès per aquella música, i que el públic fins i tot t'agraeix que toquis una cançó de Gato Pérez.

**En aquest context, com s'ha rebut el seu disc?**

La rebuda està essent molt positiva. La gent sembla contenta que algú hagi animat a fer un disc com aquest. En el fons, tant la meua manera de fer com la de Biscuit tenen les seves arrels en la música d'aquella època, i per tant són molt adequades a l'hora de versionar aquest repertori. Potser una altra formació ho hagués fet d'una manera diferent. Però nosaltres, tot i que donem nova vida a les cançons, també en respectem l'esperit original.

**Artefactes sonors de l'underground català és el segon que grava amb Biscuit. A diferència d'Infinites rutes invisibles, que vostè va signar en solitari, aquest cop el signen de forma conjunta.**

Quan vam fer el primer disc ja els vaig proposar que el signéssim conjuntament, però ells van preferir mantenir-se una mica més a l'ombra perquè en aquella ocasió estàvem gravant les meves cançons. El cert és que a la pràctica no van estar gaire a l'ombra, perquè s'hi van implicar molt i musicalment van fer una gran aportació. En aquest cas teníem clar que tots havíem de ser a la portada perquè la

Ens va semblar una bona idea convidar gent d'una generació més jove que la nostra. La Joana ja havia cantat amb nosaltres a *Infinites rutes invisibles*.

Aquest cop la logística va ser una mica més complicada, perquè ella està pràcticament instal·lada a Londres, però finalment tot va sortir molt bé. Amb Namina hi vaig coincidir en una festa de l'editorial Periscopi on ella va actuar amb el trompetista Pep Gol, a qui conec de tota la vida. Me la va presentar i, com que m'havia agradat molt l'actuació, li vaig proposar si volia cantar una cançó al disc i em va dir que sí. Vaig pensar que *Els snobs*, de Guillermina Motta, podia quedar molt bé amb la seva veu, i va passar una cosa molt curiosa. Mentre érem al cotxe de camí cap a l'estudi, em va explicar que justament havia estat Guillermina Motta qui l'havia influït i motivat fins al punt de voler-se dedicar a la música.

**La sortida del disc ha coincidit amb la del seu tercer llibre, Qui toca aquesta nit?, on repassa una seixantena de concerts als quals vostè mateix ha assistit de públic. En tots dos casos, el fil conductor sembla ser la memòria.**

Són dues coses diferents, però tenen quelcom en comú i és el fet d'explicar-hi jo la meua visió d'allò que han fet els altres. Al disc hi ha la meua visió d'unes cançons que jo no he compost, i el llibre és la meua visió d'uns concerts que no són els meus sinó aquells que he presenciat com a espectador. El fet d'haver assistit a molts concerts t'acaba donant una mena de bagatge. Dies enrere, durant una actuació del grup The Long Ryders a Barcelona, em vaig adonar que la majoria de gent que hi havia al meu voltant eren persones que solen anar a concerts habitualment i que n'han vist moltíssims al llarg dels anys. Tothom que hi havia a la sala podria fer una llista dels seus concerts preferits, explicar-los i escriure un llibre com el que he fet jo.

**Dedica capítols a figures tan reconegudes com els Rolling Stones o PJ Harvey, però també a artistes més minoritaris o fins i tot de culte, com ara els Fleshtones o Dolly Mixture. De la mateixa manera que el disc, el llibre convida a descobrir nova música.**

En alguns casos, com que eren concerts de fa molt de temps, jo mateix em sorprendia recordant que havia arribat a veure aquells músics en directe. De vegades, mentre preparava el llibre, repassava alguns discos que tinc a casa i que escolto sovint, i m'adonava que els seus autors havien tocat a Barcelona i que jo havia estat als seus concerts, tot i que no hi pensí quan escolto la seva música. Escriure el llibre ha estat una forma de deixar constància que tots aquells concerts van passar, tant els més recordats com aquells que no es recorden tant. D'explicar que tota una sèrie de grans artistes van venir a Barcelona, van tenir molt públic, van fer gaudir la gent i formen part de la nostra història.

**En total explica 64 concerts, però vostè en deu haver vist molts més al llarg de tota la seva vida. Com va fer la tria?**

Al principi em vaig proposar incloure'n 50, una xifra que em semblava raonable. Però de seguida em vaig adonar que feia curt i vaig pujar fins a 64. Un cop tancada la xifra, vaig començar a seleccionar. N'hi havia molts que em semblaven imprescindibles, però també alguns que ballaven. Fins i tot n'hi va haver alguns dels quals em vaig recordar a l'últim moment.

**L'assaig comença el 1979 amb un concert de Lluís Llach i acaba amb l'estiu passat amb un altre de Pretenders. Han passat més de 40 anys entre l'un i l'altre. Com ha canviat en tot aquest temps l'experiència de la música en directe?**

Hi ha hagut molts canvis contra els quals em temo que no podem fer res, com ara l'encariment del preu de les entrades. Però són canvis que jo he notat poc, perquè afecten sobretot els macroconcerts i els grans festivals, dos tipus d'esdeveniments als quals pràcticament he deixat d'assistir. D'altra banda, si s'encareixen les entrades i no podem anar a concerts grans, sempre ens quedarà l'opció del petit format i dels grups del barri o del poble.



## OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

## El poder de la por

Vivim en un món cada cop més inestable i amb una societat atemorida. El globalisme, més que proporcionar seguretat, el que ha fet és convertir qualsevol episodi local en un problema potencialment mundial. Resulta paradoxal que en una societat dominada pel coneixement tecnològic la vulnerabilitat sigui cada vegada més gran. Hem desenvolupat coneixement i productes que ens fan més indefensos i sentir-nos més desarmats i desvalguts. Sabem que hem creat una ingent capacitat de generar elements patògens. Apareixen virus cada vegada més resistents per la mutació que produeix l'ús i l'abús de productes farmacèutics en una societat abusivament medicalitzada i addicta als fàrmacs. Consumim constantment antibiòtics i no sempre de manera conscient, ja que els seus rastres són presents a les aigües i en una bona part de la cadena alimentària, i molt especialment en aquells productes que tenen origen animal. Posar sota control les noves malalties és i serà el gran repte del coneixement medicosanitari en un món interconnectat en què els temors i els terrors es difonen i ens afecten de manera immediata. Curiosament, l'accés automàtic a la informació i el coneixement no ens tranquil·litza socialment, sinó que en la mesura que de tot se'n pot fer espectacle i mercaderia acabem per ser víctimes de rumors, invencions, fantasies o *fake news*. Igual que en el desinformat passat. La història parla de la "gran peur" que es va produir a la França d'abans de la Revolució de 1789, feta de notícies falses, fams, inseguretat i de temors ancestrals.

El sociòleg alemany Ulrich Beck va tipificar fa uns anys el que anomenava "la societat del risc global" per referir-se

als nostres temps. Creia que a la societat moderna hipertecnològica i aparentment integrada i segura, els riscos socials, polítics, econòmics, industrials i mediambientals tendeixen cada cop més a escapar del control i protecció de les institucions, que resulten incapaces d'impedir fenòmens que, de fet, són imprevisibles tant pel que fa al desencadenament com als seus efectes. Tants esforços per fer-ho tot mesurable i previsible no han fet sinó tornar i encara de manera més profunda les nostres societats a la incertesa. Qualsevol esdeveniment local pot tenir efectes demolidors en la confiança i els comportaments globals. L'atemptat de les

### La població de més de trenta anys ja ha viscut cinc grans crisis

Torres Bessones va afectar l'estat d'ànim de tot el món i ens va tornar als temps dels temors i de les inseguretats. Què no dir dels girs de la geopolítica: Ucraïna, Israel, Gaza... Els esdeveniments únics no són previsible ni la reacció de les societats cap a ells. No hi ha algorisme que pugui preveure els fenòmens meteorològics extrems que es donen cada cop més, ni sobtats moviments migratoris o la irrupció d'una nova malaltia. Habitar un món global ha de tenir coses bones, però ara com ara la majoria de la gent ens ha convertit en més pobres i molt més vulnerables. L'ansietat es projecta amb por i aquesta es contraposa a la confiança. I no hi ha societat sense bones dosis de confiança.

La població de més de trenta anys ja ha viscut cinc grans crisis, que incidei-

xen de manera brutal sobre la sensació de buit i un futur, en el millor dels casos, preocupant. Es va conèixer en directe l'atemptat terrorista del World Trade Center i tots els efectes subordinats. Va patir a les carns la dura crisi que va assolir el món occidental i especialment Europa el 2008 i que va acabar amb l'estabilitat d'un capitalisme fagocitat pel sector financer. S'ha vist impactada amb les tremendes imatges dels refugiats el 2015, on naufragaven no només barques de migrants sinó la manca de solidaritat europea amb les víctimes atroces d'unes guerres que es lliuraven en nom seu. Va venir després l'impacte inesperat i cruel de la pandèmia de la covid-19, amb els seus efectes emocionals i econòmics encara difícils de comptabilitzar. Aquest mateix any la geopolítica i la seguretat internacional han capgirat la invasió d'Ucraïna, així com els vaivens nord-americans en política internacional i la possibilitat d'un conflicte a gran escala amb la Xina per la sobirania de Taiwan. Moltes emocions, massa. Molts inputs que ens provoquen més aviat una sensació de fragilitat i d'inseguretat extrema. La guerra sagnant entre Israel i Palestina només és l'última entrega de la incertesa dominant.

Els populismes resulten, a dreta i esquerra, les vies d'escapament per expressar no tant el descontentament com el desconcert en què habiten nombroses capes de la població. La seva força actual com a forma del polític resulta un símptoma d'una multitud de males-tars, que no són exclusivament de tipus material. Hi ha factors culturalistes que provoquen l'apreciació d'amenaques en la pèrdua de referents, el temor a la immigració, la possible allau de refugiats, la percepció d'inseguretat... El sentiment de pèrdua és crucial, provoca desemparament, inquietud i temor. Tot ha deixat de ser com era.

caracteritza l'obra de Cristina Álvarez, amb un ritme mesurat, una expressió continguda, una tensió precisa sobre cada mot, sobre cada vers... I hi celebrem la sensualitat subtil que amara l'escriptura d'aquesta autora: "Olor de mel i ametlles, cabassos de festucs / i en safates d'argent pètals de roses roges", però també la consciència històrica ("d'aquest present que ara és Roma i Bizanci, / que ara és l'Islam: pell sobre pell de segles", "Trepitges les tessel·les mil·lenàries / i sents com et recorre el fred del temps") i la densitat reflexiva: "Em sé invisible / dins un vaivé de gent igual que onades". *Síria sense flors* és un poemari oportú, perquè transmet un missatge de fons que compartim i que ens agermana, però alhora és una fita rellevant en la trajectòria literària de Cristina Álvarez Roig, perquè hi aconseguix teixir versos memorables, com: "La nit fa olor d'encens i una lluna pleníssima / travessa els arabescos per encendre d'estels / la cambra que m'acull" o, des de Palmira: "Onades de silenci, / dunes de vent, la memòria enterrada".



Carles Duarte

## Síria sense flors

Aquest és el títol del llibre amb què l'arquitecta i poeta Cristina Álvarez Roig va guanyar el Premi Jordi Pàmias del 2022, que publica Pagès editors. *Síria sense flors*, que inclou una il·lustració i un bell epíleg d'Israel Clarà, constitueix una evocació commoguda d'un poble que des de fa dotze anys viu un calvari que sembla inacabable, tot i l'estabilitat aparent. Per adonar-nos que no podem parlar d'una pau consolidada, n'hi ha prou d'esmentar les recurrents incursions turques per atacar els kurds a la zona que ocupen de Síria, tot i que la invasió d'Ucraïna ha desviat cap a aquella guerra l'atenció dels mitjans de comunicació i s'hi ha afegit la dura guerra derivada de la incursió sagnant de Hamàs a Israel. Les revoltes de la societat siriana contra un règim autoritari, la implantació parcial de l'Estat Islàmic (ISIL o Daeix), les intervencions de Rússia o els Estats Units, la implicació

dels xiïtes libanesos, les accions represives del govern sirí... van generar un escenari dolorós de destrucció humana, cultural i econòmica que provoca desolació entre els qui estimem un país sense el qual no podem entendre en profunditat la nostra pròpia civilització, que deu tant a Roma i Grècia, però també al llegat hebreu, siríac i mesopotàmic. Aquest magnífic *Síria sense flors* té com a punt de partença un viatge de l'autora el 2010, poc abans de l'esclat del conflicte bèl·lic, però es desplega sobre el període de la guerra i les seves víctimes, algunes ben concretes com un nen, un pare o un treballador social que es disfressa de pallaso per animar la mainada ("Els teus ulls plens dels seus eren un mar d'estrelles"). Com reclamava Walter Benjamin, els protagonistes anònims de la història. Al llarg de les pàgines de *Síria sense flors* retrobem l'exquisit treball formal que

## LLIBRES

### NOTES DE LECTURA

Miquel Moreno Gayoso

## Un periple fascinant de final inesperat

Helena Attlee (Kent, 1958) és autora de no ficció i escriptora de llargmetratges. Coneguda internacionalment pels seus treballs sobre Itàlia i la seva vida cultural. L'editorial Acantilado ha publicat *El país donde florece el limonero* i *La historia de Italia y sus cítricos* (2017).

Endinsats en la lectura d'*El violí d'en Lev* podrem evocar obres on el violí ha tingut un paper rellevant. Destaquem *El violí d'Auschwitz*, de M. Àngels Anglada (1994), i *Jo confesso*, de Jaume Cabré (2011).

H. Attlee articula la seva obra tot imitant l'estructura formal d'una simfonia: preludi, quatre moviments i coda. Al preludi hi descriu les sensacions viscudes en escoltar per primer cop el violí i sentir l'irracional afany de cercar l'origen de l'instrument. El primer moviment se centra en la ciutat de Cremona i el món artesanal dels lutiers més emblemàtics: Nicolò Amati, Guarneri del Gesù, Stradivari... En el segon ens descobreix les vides dels violins litúrgics i els seus intèrprets. Presenta el comte Ignazio Alessandro Cozio (1755-1840) com el primer col·leccionista del món, expert en violins, i Luigi Tarisio (1790-1854), iniciador del comerç internacional de violins cremonesos. El tercer

moviment està dedicat als violins "italians antics", al seu comerç a l'època moderna i a la diàspora que patiren. Sense oblidar els violins romanesos i la música popular. En el quart investiga sobre el destí dels italians antics durant la Segona Guerra Mundial i la posterior revifalla de Cremona. Puntualitzarà sobre la diferència entre còpies i falsificacions i com la dendrocronologia facilita la recerca de l'origen històric d'un instrument.

Helena Attlee encisada pel so del violí d'en Lev (nom del propietari antic) inicia un llarg viatge des de Cremona a la ciutat russa de Rostov. El llibre és la història del relat del seu periple geogràfic. Amb una prosa fascinant i commovedora, amalgama

amb enginy esdeveniments personals i erudició, fruit d'una ingent recerca documental. En l'afany de descobrir la història oculta en la veu del violí, s'endinsarà en un munt d'universos inèdits: lutiers, prínceps, instrumentistes, científics, ebenistes, compositors, rodamons... Sense oblidar el rol dels boscos italians de Panneveggio i el recorregut de la fusta fins a les mans dels lutiers.

La connexió de H. Attlee amb la música la inicià quan el violinista Greg Lawson començà a tocar el violí d'en Lev en un concert. D'aquell instant va brotar l'obra que tenim a mans. Gaudim-la!



#### EL VIOLÍ D'EN LEV. UNA AVENTURA ITALIANA

Autora: Helena Attlee

Traducció: Albert Nolla

Editorial: Quaderns Crema

Lloc i any d'edició: Barcelona, març del 2023

Pàgines: 280

## NOVETATS EDITORIALS



**'Tiberi Cèsar'**  
Núria Cadenes  
Ed. Proa

Som a la Roma imperial del segle I, en el moment d'esplendor d'una ciutat que marca el ritme del món. Tiberi Cèsar succeeix August, i Núria Cadenes ens en serveix un retrat. D'ell i del seu moment. Un home contradictori, culte i també cruel, enamorat i també trist. La visió humana d'un protagonista de la història, en una novel·la on les dones també són protagonistes.



**'Carta d'hivern'**  
Teresa Pous  
Viena Ed.

Una luxosa cafeteria de Sant Petersburg i una dona sola. És Rita Romans, que comença a escriure una carta a l'home que, trenta anys abans, va marcar la seva vida: Víctor Fontclara. Ella estudiava filosofia i ell era crític d'òpera, el motiu que va fer servir per marxar a Milà. Dues ànimes unides per la cultura i la d'ella, que es va trencar. Al cap dels anys, troba la força per parlar-ne.



**'L'ombra dels ocellots'**  
Miquel Riera  
La Campana

Alguns lectors d'aquesta novel·la del periodista Miquel Riera hi reconeixen la lluita per preservar els aiguamolls de l'Empordà. Podria ser aquesta o altres de semblants. Al poble de Vilavella, el darrer alcalde franquista mou fils per deixar com a llegat una urbanització que ocuparia un espai natural, amb l'oposició d'un jove ornitòleg i amb uns partits que miren les eleccions.



**'Idiota!'**  
Raül Romeva  
Pagès Ed.

"Hi pot haver llibertat, unitat, cohesió social, progrés, en definitiva, futur, sense respecte?", es pregunta l'autor del llibre. Amb títol contundent i subtítol *Breu tractat sobre el respecte*, Romeva adverteix del perill de caminar cap a una societat d'arguments i solucions simples a problemes complexos, on l'insult aflora a les primeres de canvi. El brou de cultiu d'on neix el populisme.



**'La Patum de Berga'**  
Joan Amades  
Llibres de l'Índex

Ara és una festa indiscutible, un símbol de les festes populars catalanes i reconeguda fins i tot per la Unesco. Però hi havia un temps, al primer terç del segle XX, en què la Patum no era ni molt menys tan popular fora del Berguedà. El folklorista Joan Amades, l'autor del *Costumari català*, va ser dels primers que la van estudiar i estimar, i aquest llibre recull els articles que li va dedicar.



## LLENGUA

## EL 9 ETS I UTS

300


 CONSORCI PER A  
LA NORMALITZACIÓ  
LINGÜÍSTICA  
CNL D'OSONA

## Celebrem el número 300!

Arribem al número 300 del 9 Ets i uts, després d'escriure sobre aspectes ben diversos i variats: curiositats lingüístiques, expressions, frases fetes, dites, etimologies, toponímia, antroponímia, qüestions gramaticals, recursos lingüístics, personatges de la comarca, tot, això sí, vinculat sempre a la nostra llengua.

Per celebrar-ho, no se'ns acut altra manera que cantar una cançó. Quina? Quines cançons d'aniversari cantem quan bufem les espelmes? Us en proposem cinc que podeu cantar en català:

- 1. *Per molts anys*, del Club Super3. Ja ha esdevingut un clàssic que grans i petits saben: "A la una, a les dues, a les tres, per molts anys! Fiiuuuuu!"
- 2. *Relotge*, de Joan Miquel Oliver. Cançó no tan coneguda que ell mateix es va dedicar quan va fer 30 anys i que maleeix el rellotge que no s'atura mai i que sempre va endavant. Una mica pessimista, això sí. "Relotge tens sa vida per davant, rellotge no te pots aturar..."
- 3. *Avui que fas anys*, de Txarango. Cançó animada per felicitar aniversaris: "Seguim aquí, seguim sumant històries, seguim vius. Salvant a poc a

poc tots els paranys. Seguim a prop avui que fas anys. Seguim aquí!"

- 4. *Aniversari*, de Manel. És l'única cançó de Manel que té una introducció parlada: "Aplaudien els pares, els tiets, els amics. Tots alhora, agrupats en un únic crit: Que demani un desig". Precisament aquest desig és el que vol explorar el protagonista de la cançó, que es fa petit, per entrar als ulls de la noia de l'aniversari i veure quin desig té al cap. N'hi ha alguns que té a l'abast, però alguns que ja mai viurà.
- 5. *Avui fas anys*, de Dijous Paella. Una rumba molt animada i amb una lletra molt fàcil per felicitar els aniversaris en què diu: "Avui fas anys, tu no ens enganyes, i els companys i les companyes et desitgem sort i salut".

Celebrem, doncs, aquests 300 articles i que siguin per molts anys, que no s'aturi el temps i que seguim sumant històries. El nostre desig és continuar en la nostra tasca de difusió de la llengua perquè tingui sort i salut. **Per molts Ets i uts més!**

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/](http://www.cpnl.cat/xarxa/cnlosona/)



## ELS MILLORS MINUTS DE LA NOSTRA VIDA

Jordi Remolins

## L'antosta dels llibres no retornats

El llegat rural que la gent del Ripollès portem en aquella mena de fitxer que respon a la denominació d'ADN, però que tot just fa unes dècades ningú havia sentit anomenar, porta implícit que res no es llença excepte si no és estrictament necessari. Per això qui ve a casa o a la botiga es mig sorprèn encara de la profusió de

cintes de casset, LP, CD, DVD, VHS, llibres i còmics que respiren victoriosos d'haver acabat en mans d'un acumulador en lloc de fer-ho d'un alliberador. Ara mateix el valor que tenen molts vinils que ens havien venut per una morterada és molt inferior a la nosa que representen per a moltes persones. Allò que us dic de vegades del pedregar pel qual circulem a tota velocitat i sense frens.

En una antosta de la biblioteca hi tinc un espai reservat per als llibres que m'han deixat i encara no he tornat. Podria dir un per un el nom de les persones que me'ls van recomanar. Alguns fa temps que esperen el dia que finalment la curiositat sigui prou forta per submergir-me en les seves pàgines.

Jo també deixo llibres, i és freqüent que alguns no tornin mai més. Són llibres que ja he llegit i dels quals difícilment repetiré la lectura. Per tant, hauria d'estar content que estiguin voltant, si no fos perquè gairebé estic segur que estan acumulant



pols en altres antostes, o bé que ja se n'hauran desfet perquè hi ha persones que no tenen gens d'interès a recordar qui li ha deixat un llibre, i molt menys que potser caldria tornar-lo. I és per això que em fa una ràbia immensa cada vegada que busco una obra i no només no la trobo sinó que soc conscient que l'he deixat, i de vega-

des també a qui, però rarament tinc prou valor per demanar-lo.

Això m'ha passat fa una estona amb *Rififi*, una novel·la negra francesa d'Auguste le Breton, publicada originalment per Gallimard el 1953. La Magrana la va traduir al català, per explicar-nos el robatori a una joieria per part d'una banda de facinerosos dels baixos fons de París, i com altres delinqüents del mateix àmbit volen prendre'ls el botí. L'extrema crueltat d'alguns passatges va animar-me a comentar-la en el número zero del *fanzine Fimosis*, que fa gairebé trenta anys vam publicar a Ripoll quan internet encara no era ni una ombra d'idea als nostres cervells. M'ha semblat curiós que fos un llibre d'un robatori, que no ha estat exactament robat sinó tan sols oblidat. I clar, quan em bull la sang davant aquestes absències, me'n torno a l'antosta dels no retornats per adonar-me que no soc millor que ningú.

Dijous 16 d'abril de 1953  
Auguste le Breton publica 'Du rififi chez les hommes', al número 185 de la 'série noire' de l'editorial Gallimard

## MÚSICA

### EL CLÀSSIC

Jaume Espuny

#### ERIC CLAPTON 'Just One Night' Polydor, 1980

*Just One Night* és un disc doble gravat en directe al teatre Budokan de Tòquio amb Eric Clapton en plena forma. Es podria dir que és l'últim gran disc del guitarrista anglès. A partir d'aquí, la qualitat va anar baixant. Però bé, *Just One Night* és una meravella, amb 14 cançons i prop d'una hora i mitja de blues rock colossal, amb uns llargs solos de guitarra de Clapton que no embafen gens i amb una banda excepcional: el gran Albert Lee a la guitarra, Chris Stainton als teclats, Dave Markee al baix i Henry Spinetti a la bateria. Tots estan perfectes. I el públic japonès, completament entregat. Entre les cançons destaquen dos temes de blues pur i dur: les llargues "Worried Life Blues" i "Double Trouble", amb un parell de solos excepcionals. També hi ha rock sense additius, com "Tulsa Time" i "Blues Power"; o una mica de country, amb "Lay Down Sally" i "Setting Me Up", o balades



com el seu conegut èxit "Wonderful Tonight", una de les quatre cançons del disc compostes pel mateix Clapton. També hi ha dues versions de dos temes del seu amic i mestre J. J. Cale: "After Midnight" i "Cocaine", que és un dels moments àlgids del disc, amb el públic corejant la cançó. De fet, però, cap de les 14 cançons sobren, totes sonen de meravella. Sovint s'ha dit que Clapton sonava molt més bé en directe que en un estudi. Aquest àlbum confirma que això és força cert.

### NOTES

#### El nou fenomen Figa Flawas anuncia gira i nou disc

Figa Flawas s'ha consolidat en temps rècord com una de les propostes artístiques de més èxit a Catalunya. Després de guanyar el Sona9 el 2022 van aconseguir que es posés de moda la *bachata* catalana i també el *corrido tumbado* en català. Aquest estiu han fet ballar tothom al ritme de "Xalala" (amb la col·laboració del cantant d'Els Pets Lluís Gavalrà) i divendres passat van donar a conèixer un nou èxit, "Xtraterrestres (na de na)", l'últim tall d'un EP que també acaba de sortir del forn i que es titula *Recent t'arriba la invitació per...* Al mateix temps, també van anunciar que a la primavera del 2024 publicaran el seu segon disc i que l'estrenaran en directe el 6 d'abril a La Mirona de Salt. El segon concert de presentació serà el 20 d'abril a la Sala Apolo

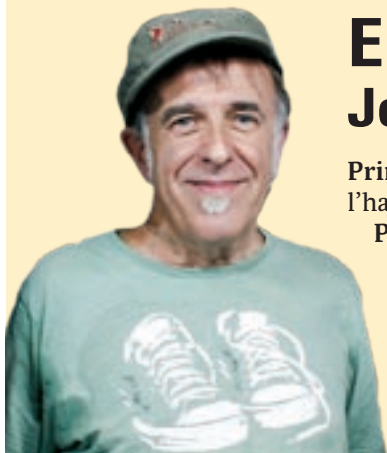


de Barcelona en el marc del Festival Cruïlla de Primavera. En unes hores, però, les entrades per aquest bolo a la capital van volar i ja no en queden. Per cert, que al nou EP dels Figa Flawas, a part del "Xalala" i l'"Xtraterrestres", hi ha també els *hits* "Mussegu" (sí, escriuen tal com parlen i no són precisament deïxebles de Pompeu Fabra), "Diabla", on canten amb la Mushkaa, i "Aurora", al costat dels Stay Homas. Aquestes cançons les han anat publicant al llarg dels

últims sis mesos i només a la plataforma Spotify ja superen els set milions de reproduccions. Una autèntica bestiesa que consolida el grup creat pels vallencs Pep Velasco i Xavier Cartanyà el 2020 com una de les propostes de més èxit del panorama nacional actual. L'any vinent, més figures. Arribarà el seu segon LP, segurament un dels llançaments més esperats del 2024.

### EL TEST Joan Serrarols

**Primer instrument que vas aprendre a tocar?** El primer va ser l'harmònica. **Primer grup del qual vas formar part?** Follets i Wats. **Primer bolo en directe?** Va ser a Roda de Ter en un casal. **Primer disc que et vas comprar?** *A Passion Play* de Jethro Tull. **Quants discos tens?** Entre vinils i CD, potser uns 700. **Salva'n tres.** *Berlin*, de Lou Reed; *A Passion Play*, de Jethro Tull, i Blay Tritono. **Grups o músics de capçalera.** The Cure, John Mayall i David Bowie. **Un concert (com a públic) per recordar.** Barcelona Traction, amb Max Sunyer, a la sala Modernista del Casino de Vic.



## NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

Jordi Sunyer



#### ÀLEX JASSÉ 'No m'ho puc creure'

Àlex Jassé és un jove barceloní conegut per haver tocat la guitarra i el baix en grups com Karabash, Síbaris o Blues Social Club. Ara debuta en solitari amb *No m'ho puc creure*, una selecció de 16 temes sobre sentiments, persones, contradiccions, el sentit de la vida o el sistema actual. Agradarà als seguidors de bandes com The Magnetic Fields (al disc disc hi ha, de fet, una cançó d'homenatge al grup), Wilco i Eels. Les portades del disc –i també dels *singles* que s'han publicat– són *collages* de Laura Gómez que semblen sortits d'una pel·lícula dels anys 60.



#### VERDCEL 'Petricor'

Verdcel és un projecte de cançó d'autor, pop i folk liderat per l'alcoià Alfons Olmo que està actiu des de fa 23 anys. I tot i que mai ha acabat d'esclatar, sempre està allí. I ara hi tornen amb *Petricor*, un treball que no arriba només en disc sinó també en format de llibre amb una novel·la gràfica de Daniel Olmo i textos elaborats expressament per 17 escriptors dels Països Catalans com Josep Piera, Núria Cadenes, David Segarra, Ester Xargay o J. V. Frechina. Si la persistència i la perseverança són un valor Verdcel n'és un dels màxims exponents.



#### JOHNNY B. ZERO 'No me gusta el rock'n'roll'

*No me gusta el rock'n'roll* ho cantava Yosi de Los Suaves a finals del segle passat. Evidentment, era una *trola* com un temple. A la segona estrofa ja hi afegia *más que gustarme me encanta...* Amb els valencians Johnny B. Zero passa tres quarts del mateix. El títol enganya. Han facturat un disc amb nou temes que parteixen del rock clàssic tot i que també s'aproximen al funk, al punk, la balada electrònica (a l'homònima *No me gusta el rock'n'roll*) o a l'indie-pop (*Ordenador*). Després de començar cantant en anglès amb aquest nou disc s'han passat al castellà.



## SALUT

Eva Remolina / AMIC

### Lents de contacte

Les lents de contacte són dispositius òptics que es col·loquen directament sobre la superfície de l'ull per corregir problemes de visió, de manera que es presenten com una alternativa a les ulleres i poden ser útils per a diverses afeccions visuals com la miopia, la hipermetropia, l'astigmatisme i la presbícia.

Hi ha diversos tipus de lents de contacte, incloent-hi les següents:

#### ■ LENTS DE CONTACTE DUR

Aquestes lents estan fetes de materials rígids i permeten que l'oxigen arribi a la superfície de l'ull. Solen ser útils per a persones amb astigmatisme o altres necessitats especials de correcció visual.

#### ■ LENTS DE CONTACTE SUAUS

Aquestes lents estan fetes de materials flexibles que s'ajusten més còmodament a la superfície de l'ull. Són les més comunes i estan disponibles en una varietat d'opcions, com lents de contacte d'ús diari, quinzenals, mensuals i lents de contacte d'ús prolongat.



#### ■ LENTS DE CONTACTE PERMEABLES AL GAS

Aquestes lents són més rígides que les lents suaus i solen ser utilitzades en casos de còrnia cònica o altres condicions oculars especials.

Les lents de contacte poden ser utilitzades per a diverses finalitats:

#### ■ CORRECCIÓ DE LA VISIÓ

El més habitual és que es facin servir per corregir miopia, hipermetropia, astigmatisme i altres problemes visuals.

#### ■ LENTS DE CONTACTE TERAPÈUTIQUES

A vegades, les lents de contacte són prescrites per tractar afeccions oculars com la còrnia cònica, la sequedat ocular o altres problemes.

#### ■ LENTS DE CONTACTE COSMÈTIQUES

Algunes persones les fan servir únicament per canviar l'aparença del color dels seus ulls amb finalitats merament estètiques.

Abans de decidir quin tipus de lent comprar, és important consultar amb un oftalmòleg o optometrista per a una avaluació ocular completa i una prescripció adequada.

És crucial seguir les instruccions d'ús i manteniment proporcionades pel professional i el fabricant per assegurar una utilització segura i eficaç de les lents de contacte.

També cal tenir en compte que no tothom és apte per usar lents de contacte, ja que depèn de la salut ocular individual.

## GASTRONOMIA

Solorecetas.com / AMIC

### Els productes de temporada ens aporten molts nutrients

Avui compartim algunes especialitats de temporada que pots cuinar a casa amb facilitat i que et faran gaudir dels productes de la tardor. Són receptes senzilles però saboroses, que pots adaptar al teu gust i a les quals pots donar el teu toc personal.

**Crema de carabassa i pastanaga:** una crema suau que combina dos ingredients típics de la tardor: la carabassa i la pastanaga. Pots afegir-hi una mica de gingebre per donar-li un toc picant o unes llavors de carabassa torrades per donar-li una mica de cruixent. És una recepta ideal per entrar en calor els dies més freds.

**Risotto de bolets:** el risotto és un plat italià que consisteix en arròs cuit amb brou i formatge parmesà. Pots fer-ho amb diferents tipus de bolets, com rovellons o xampinyons. El secret està a usar un bon brou casolà i remoure l'arròs constantment perquè deixi anar el midó i quedi cremós.

**Amanida temperada de figues i formatge blau:** una amanida diferent que barreja la dolçor de les figues amb el sabor intens del formatge blau. Pots emprar enciam, ruca o espinacs com a base i afegir-hi fruita seca com nous o ametlles per donar-li



més textura. Amaneix amb una vinagreta feta amb oli d'oliva, vinagre balsàmic, mel i mostassa.

**Pastís Tatin de poma:** unes postres clàssiques franceses que consisteixen en un pastís invertit fet amb pomes caramel·litzades sobre una massa de pasta fullada. És molt fàcil de fer i queda espectacular. Només necessites unes pomes àcides com la reineta, sucre, mantega, canyella i una làmina de pasta fullada comprada. Enforna el pastís fins que estigui daurat.

**Lasanya de verdures i formatge:** una lasanya vegetariana que aprofita les verdures de temporada com l'albergínia, el carabassó, el pebrot i la ceba. Pots fer una beixamel lleugera amb llet desnatada i farina integral, i usar formatge ratllat baix en greix per gratinar. És una recepta nutritiva que t'encantarà.

**Pollastre al forn amb castanyes:** un plat tradicional que es prepara amb pollastre trossetat, castanyes pelades, vi blanc, brou de pollastre, all, llover i farigola. S'enforna tot junt fins que el pollastre estigui tendre i les castanyes s'hagin impregnat del sabor del guisat. És una recepta senzilla però molt saborosa.



## ECONOMIA

### ELS PARQUETS

Joan Carles Arredondo / @joancarredondo

# DOLARITZACIONS I POPULISMES

A l'Argentina reapareix el concepte de dolarització. Mentre que a Europa salten les alarmes quan l'IPC frega el doble dígit, a l'Argentina no els resulta estrany festejar amb la inflació per damunt del 100%. L'economia està centrant el debat electoral en aquell país sud-americà i, sense voler entrar en qüestions de política internacional, és interessant conèixer què significa la dolarització, la proposta del candidat d'extrema dreta que disputarà la presidència del país en la segona volta de les eleccions el 19 de novembre, Javier Milei. Una sortida que resulta especialment sorprenent si s'atén a la història recent de l'Argentina i l'episodi del *corralito*.

Més enllà de les justificables antipaties que



FREEPIK

suscita un personatge que encarna els defectes d'un candidat de la ultradreta, és pertinent plantejar si la proposta d'eliminar la moneda pròpia i assumir el dòlar és, en primer lloc, factible i, en segon lloc, encertada com a solució als mals econòmics del país. Espòiler: no sembla que ni una cosa ni l'altra. Val a dir que tampoc no és una ocurrència, perquè altres països llatinoamericans (Panamà, el Salvador i l'Equador) tenen el dòlar com a moneda. Però les circumstàncies d'aquests tres països, sobretot pel que fa a la rela-

ció econòmica amb els Estats Units, són ben diferents de les argentines.

Amb un 140% d'inflació i un 40% de la població en situació de pobresa, tota solució econòmica que es plantegi captarà l'atenció dels electors. En aquest sentit, el candidat ultraliberal (llibertari, com s'autodefineix) ha aconseguit fixar la seva proposta com un dels marcs del debat electoral. Tampoc no és estrany en un país en el qual les grans transaccions (compres d'habitatges o de cotxes) es fan en dòlars i està institucionalitzat un mercat negre de canvi de divises. La transició cap al dòlar no resultaria estranya a la ciutadania. Sobretot a la més desmemoriada.

Fa 30 anys, passat un període inflacionari que fa que l'actual sembli una broma i que havia fet saltar pels aires la moneda nacional, l'austral, es va establir un sistema de dolarització particular. S'anomenava convertibilitat i, efectivament, era així. Un peso, la nova moneda, equivalia a un dòlar. Per descomptat, a igual valor, els ciutadans van tendir a acaparar dòlars i el banc central va tenir grans dificultats per disposar de divises. Sense divises volia dir sense liquiditat. I sense liquiditat no hi havia possibilitat que els ciutadans accedissin lliurement als seus estalvis. Es van limitar les retirades de diners. Això és el *corralito*.

Intentar, sense altres reformes, que la moneda local equivalgui a un dòlar és un artífici que sol sortir malament. L'excepció de Panamà es pot entendre, perquè des del seu origen com a estat tenia el dòlar com a moneda, el seu principal actiu, el canal (i, per què no dir-ho, el seu qüestionat mercat financer) opera en dòlars, i els Estats Units són el seu principal mercat. En el cas del Salvador i l'Equador, els importants contingents de diners que els emigrants fan arribar al seu país d'origen també són en dòlars, amb l'element afegit que l'Equador disposa de reserves de petroli i, aquest, també és un mercat que opera en dòlars. En el cas de l'Equador, a més, la dolarització es va acordar

després d'un període de forta crisi, que va motivar altres reformes en la política econòmica, fins al punt que els analistes no es posen d'acord sobre si la solució havia estat la introducció del dòlar o si les reformes soles ja haurien resolt el problema. També hi ha diferències de mida del país. Una economia petita té més possibilitats d'adaptació, sobretot si el seu principal mercat exportador són els Estats Units. No és el cas de l'Argentina, per al qual els Estats Units no arriben a suposar més del 6% de les exportacions.

Tampoc el moment sembla el més adequat per fer un canvi sobtat de moneda. Segons les dades que recull el diari *El Economista*, ara mateix les reserves en dòlars del Banc Central de la República Argentina són de 24.000 milions. El canvi entre el peso i el dòlar no ha deixat de deteriorar-se durant els últims mesos (encara més pels missatges apocalíptics del candidat de la ultradreta que parla, literalment, de dinamitar el mateix Banc Central), i actualment està en una relació d'un dòlar per 350 pesos. Amb una liquiditat tan baixa, només hi hauria dues solucions. O bé s'imposa un tipus de canvi encara més sever, amb el consegüent empobriment de la població, o bé es demana un nou préstec, una sortida inviable per a un país que té un deute desmesurat i que ja té molt mala consideració entre els prestamistes internacionals, en particular el Fons Monetari, que ja va haver d'acceptar impagaments en el passat.

El que vindria serien rebaixes salarials, la reducció de la despesa pública amb la consegüent retallada de serveis i de protecció social i vendes d'empreses (el mateix Milei reconeix obertament que aquest és el seu programa). A més el país quedaria desposseït d'un banc central que pugui arbitrar mesures correctores, i sotmès la dependència a la presa de decisions de la Reserva Federal dels Estats Units, per a la qual l'efecte de les seves mesures sobre l'economia argentina seria l'última de les seves prioritats.

El que ve a demostrar tot plegat és que les propostes populistes, i la dolarització que proposa el candidat Milei n'és una, tenen un dubtós encaix amb la realitat. Això val per a l'Argentina i per a milers de quilòmetres a la rodona (per aquí mateix, sense anar més lluny).

## INDICADORS

### Ciment sense remuntada

El consum de ciment a Catalunya va caure un 17% al setembre i continua a la baixa per sisè mes consecutiu, segons dades de la patronal Ciment Català. De les 187.890 tones del setembre del 2022 s'ha passat a les 155.935 tones del setembre del 2023. La producció també es redueix un -10,7% al setembre fins a les 235.146 tones, però les exportacions mantenen el tipus i han augmentat un +5,9%.

### Més empreses creades

La constitució de societats va créixer un 9,9% a Catalunya en el tercer trimestre respecte al mateix període de 2022, fins a les 4.188, segons dades del Col·legi de Registradors de la Propietat. Catalunya és el segon territori amb més empreses creades, només per darrere de Madrid, amb 4.954 i per davant de les 3.617 d'Andalusia. A l'Estat, s'han creat un 8,8% més d'empreses.

## ALEGRIA INTERIOR

Eulàlia Robert, directora de PNL Barcelona

# Memòria somàtica? Intel·ligència somàtica?

Quan parlem de memòria somàtica ens referim a la capacitat de record del nostre organisme d'alguns esdeveniments o experiències, que no necessàriament recordem de manera conscient a través del nostre pensament.

Segons autors com Susana Fernández de la Vega, del Complex Assistencial Universitari de Salamanca, Espanya, hi ha multitud de propostes psicoterapèutiques que plantegen intervencions corporals per abordar l'estrès psíquic. D'altra banda, diferents autors accepten la presència d'experiències arcaiques que mantenen la influència al llarg de la vida d'una persona i que resulten inaccessibles a la paraula. Quan la intervenció verbal és insuficient, cal una reflexió sobre el diàleg somàtic, la integració de tècniques corporals que evoquin experiències sensorials i emocionals primigènies. Cada cop hi ha més disciplines que aborden l'experiència humana a través del diàleg somàtic.

Portat a l'àmbit del *coaching*, una habilitat que desenvolupem com a *coaches* és el que anomenem escolta activa. És a dir, escoltar el nostre client amb la màxima atenció a allò que ens està explicant a través del seu llenguatge verbal i no verbal. Ja el 1967 es va publicar un estudi del psicòleg Albert Mehrabian (1) on s'avaluava l'eficàcia de la comunicació verbal i no verbal. L'estudi va mostrar que l'impacte de la comuni-

ció a través de les paraules només va representar el 7%, que el 38% va ser degut a les qualitats de la veu i el 55% a les expressions facials, gestos i moviments del cos.

(1) Mehrabian, A. *Communication without words*, Psychology Today, 2(4), 53-56.

Un bon *coach* s'entrena a escoltar paraules i atendre gestos i moviments. Atendre un gest pot ser molt més revelador que atendre només les paraules que acompanyen el gest. Des de la disciplina del *coaching*, no busquem interpretar el que pot significar un gest determinat, sinó que ens entrenem a observar simplement si apareix un gest o moviment

determinat per poder fer conscient el nostre client del seu gest, mostrant-l'hi. Sovint els aspectes de comunicació no verbal ocorren de forma espontània, no filtrada pel nostre raïonament, i per això la importància d'atendre els aspectes de comunicació no verbal, perquè arriben directament de l'inconscient.

L'exploració de gestos durant una sessió de *coaching* pot proporcionar informació al client sobre aspectes no tan obvis sobre el tema que està plantejant. Els gestos poden parlar de creences, emocions, experiències passades oblidades, però que estan influïnt en els nostres actes i conductes diàries.

Una forma d'accedir a aquestes informacions *inconscients* és detectar gestos, explorar els límits del gest lentament, permetent així que el nostre client vagi descobrint aquestes informacions que afecten la motivació, les decisions i la forma de relacionar-se.

Però actualment no només atenem els gestos per recaptar informació, sinó que el terme intel·ligència somàtica atribueix al cos la capacitat de generar solucions als nostres reptes.

M'agradaria acabar amb una cita de Deepak Chopra: "Una vegada que acceptem que els nostres éssers interiors són intel·ligents, tindrem tota la creació al nostre abast. En accedir a les profunditats del nostre ésser, trobem les transformacions poderoses sense esforç"



## HORÒSCOP

Roser Bona

Del 27-10-2023 al 02-11-2023

**ÀRIES** (Del 21 de març al 20 d'abril)

Pots tenir una mica de ressentiment cap a algú del passat. Saps que ho hauràs de gestionar per no fer-te més mal. Practicar un esport intens pot resultar molt alliberador.

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

Diversos planetes a Casa VII poden indicar que hi ha assumptes que has de tractar amb els altres. Reunions, trobades i xerrades aclaridores es poden fer necessàries.

**BESSONS** (Del 21 de maig al 21 de juny)

La conjunció Mercuri/Mart pot fer-te sentir impacient o que no valoris les conseqüències d'alguna acció. Reflexiona abans de moure fitxa. Gastes una mica en decoració.

**CRANC** (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Es pot donar un apropament sentimental amb una persona amiga, especialment amb la Lluna plena. Compte amb les presses en general, i si conduïx reduïx la velocitat.

**LLEÓ** (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Podries tenir un veí una mica difícil i hauràs de posar límits assertivament. Si cerques parella, una persona de més edat que tu pot resultar-te d'allò més seductora.

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

Estàs una mica estressat i el cos et demana una escapada que ja no demoraràs més. Hi ha coses que necessites expressar i et desfoges escrivint o parlant-ne amb un amic.

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

Amb uns quants planetes a Casa II, l'economia és un tema molt important a la teva vida ara mateix. Si estaves distanciat de la parella, es pot donar un bonic retrobament.

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

La Lluna plena té lloc a la teva Casa VII i podries començar una relació o bé conèixer algú que no et deixarà indiferent. Assumeix més responsabilitats al sector laboral.

**SAGITARI** (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Si en el teu dia a dia les coses no van gaire bé, cerques la manera d'entretenir-te o passar-ho bé. Practiques l'empatia amb una persona amb la qual no tens bona relació.

**CAPRICORN** (Del 22 de desembre al 20 de gener)

No deixis que una persona tòxica t'amargui la vida. Detecta el problema i posa-hi solució. Confia més en la teva vàlua i enfoca't en el que sigui rellevant de veritat.

**AQUARI** (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Pots viure un moment d'intens apassionament per algú. L'economia pot rebre una empenta, però procura estalviar una mica. Professionalment, et planteges fer alguns canvis.

**PEIXOS** (Del 20 de febrer al 20 de març)

Tant si tens parella com si no en tens, al sector laboral pots conèixer algú que despertarà el teu interès. Una amistat no passa per un bon moment i li dediques més temps.



## CINEMA

### LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Sergi Soler Ordeig

#### 'Killers of the Flower Moon'

De Martin Scorsese



#### Exterminar

Dels EUA encara ens arriben ecos de la seva declaració de drets civils, dels ideals purs que van conformar la seva fundació, l'alliberament de l'imperi britànic... El cas és que tot això fou molt bonic –i ha donat per molta literatura i cinema–, i encara més pensant en la resta de terra que els quedava a l'oest per explotar tots els seus drets i llibertats. L'indígena no es regia per uns drets escrits en un llibre, era més lliure, més intuïtiu; quan arriben els nousvinguts, si no els maten de primeres, els acaben posant malalts amb els seus costums d'home dèbil.

*Killers of the Flower Moon* és la història que mostra el corc que va permetre tota l'expansió dels nous estats i l'anorreament gairebé absolut de totes les poblacions indígenes. L'argument gira entorn del poble dels Osage després de la Primera Guerra Mundial, que en les seves noves terres a Oklahoma van enriquir-se quan van trobar-hi l'or negre. Irònicament, els qui més perjudicats es trobaven per la febre del capitalisme americà per primer cop en surten guanyadors, el sistema els dona la raó. Ara bé, aquest sistema no estava creat per aquests quatre indis que queden, així que l'empenta individual d'uns quants bons estatunidencs haurà de posar les coses a lloc.

És l'amo d'un ranxo, el senyor Hale –interpretat brillantment pel senyor De Niro–, que

imbuït per un sentit històric molt precís, intenta accelerar l'indefectible, ignorant qualsevol bri d'humanitat que li pugui quedar. La pel·lícula parla, al cap i a la fi, d'un extermini.

Scorsese, seguint en la seva línia, deixa espai als actors, dels quals podem destacar el trio principal, tot i que tots fan una feina excel·lent. DiCaprio com l'americà tanoca incapaç de pensar per ell mateix, encarnant la banalitat del mal; el seu tiet, De Niro, sense escrúpols; la Mollie, interpretada per Lily Gladstone, amb una mirada que sembla veure-ho tot i l'única capaç d'estimar bé en una situació tan putrefacta.

No es tracta d'una pel·lícula de misteri –tot és massa obvi–, sinó que és un exercici de descobriment progressiu d'immoralitat d'uns personatges racistes i moguts pels diners.

Com ja va fer amb *Goodfellas*, *Casino*, *The Wolf of Wall Street*, *The Irishman*... Scorsese ens descobreix un món que se'ns fa grotesc, però que estava normalitzat. Amb menys excessos però la mateixa brutalitat, el retrat d'uns homes que ja han perdut tota idea d'ètica se'ns vincula amb la imatge d'uns llops que surten a caçar dins un país que fa temps que ha oblidat qualsevol idea moral del bé i el mal, o que potser només la fa servir quan convé.

### OFERTA CULTURAL

M. Erra / T. Terradas



#### Òpera al Teatre Auditori de Granollers amb 'Romeu i Julieta'

'Romeu i Julieta', de Charles Gounod. Cor Amics de l'Òpera de Sabadell i Orquestra Simfònica del Vallès. Teatre Auditori de Granollers. Diumenge, 29 d'octubre, 18h.

*Romeu i Julieta*, una de les obres cabdals de l'òpera romàntica francesa, estrena aquest diumenge la temporada d'òpera al Teatre Auditori de Granollers. Està considerada arreu del món com una de les millors reproduccions musicals del relat shakespeareà.



#### Sardanes per a la colla Riallera

Visca! 75 anys de la colla sardanista Riallera. Sala Joaquim Maideu de L'Atlàntida, Vic. Diumenge, 29 d'octubre, 18.00h. La Cobla Sant Jordi - Ciutat de Barcelona oferirà un concert que tancarà els actes del 75è aniversari de la colla sardanista Riallera. Interpretaran peces que diferents compositors han dedicat a la colla i també estrenaran una peça del mestre Lluís Alcalà. Les sardanes seran ballades pels membres de l'entitat.

## CINECLUB

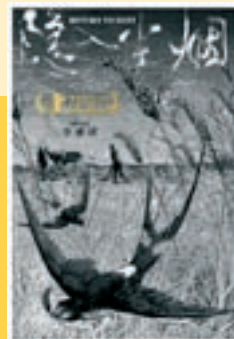


#### CICLE GAUDÍ

##### 'Las buenas compañías'

Espanya, 2023. Dir. Sílvia Munt. Estiu de 1977. Bea té 16 anys i se suma als aires de canvi que recorren el país; col·labora amb un grup de dones per visibilitzar la causa feminista i aconseguir l'aprovació del dret a l'avortament. La rebel·lió que sent a la sang es barrejarà amb un sentiment inesperat que trastocarà el seu món interior. Al llarg dels mesos, Bea farà una amistat molt especial amb Miren, una noia més gran que ella i de bona família. El seu compromís polític i la seva relació amb la Miren convertiran l'estiu en una etapa que marcarà un abans i un després a la seva vida. Munt narra la història de les 11 de Basauri, un grup de dones que van lluitar per l'avortament lliure al País Basc.

CINEMA CASAL GRÀCIA  
Diumenge 29 - 19h  
Manlleu



##### 'El regreso de las golondrinas'

Xina, 2022. Dir.: Li Ruijun. Drama, vida rural. La humil i senzilla Ma i el tímid Cao no han aconseguit trobar una parella. Per aquesta raó han estat expulsats de la protecció de les seves respectives famílies, en un escenari en què l'èxode de la població rural a les ciutats és habitual. Són obligats a contraure un matrimoni concertat. Ara hauran d'unir les seves forces i construir una llar on sobreviure. Enmig de l'adversitat, comença a forjar-se entre ells un vincle, ja que tots dos, en sintonia amb els cicles de la Terra, creen un refugi, un lloc des del qual fer un pols a l'adversitat i en el qual poden prosperar. El film és una mirada humanista sobre un amor que es construeix sobre els pilars de la terra.

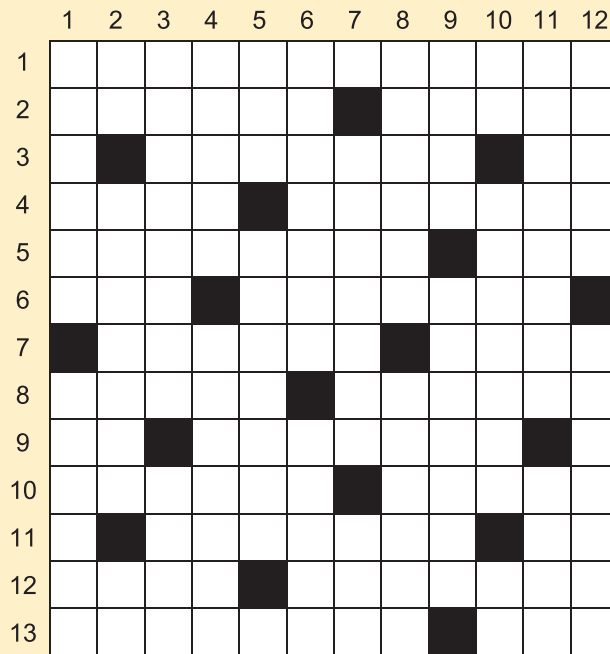
AC GRANOLLERS  
Divendres 27 - 19h (VO)  
Dissabte 28- 18h (VE)  
Diumenge 29 - 19h (VO)  
Dilluns 30 - 19h (VO)

Cinema Edison

## PASSATEMPS

### MOTS ENCREUATS \_ Pau Vidal

**HORIZONTALS:** 1. Impertinents, com alguns acomiadaments i moltes denúncies dels agents / 2. Quan ell mor se'n plany tot Morella. Es veu que és com un peu, un santuari egipci / 3. Para taula. Si bada no contempla: observa els fets per llei. La meitat de molt / 4. Ventada molt animada als estadis italians. Estoven de mala manera les pre-romanes / 5. Com una olla de grills però amb porteta i tot. Ràbia pel mal estat de la ria / 6. Enemics d'Anunciar el Xàfec. Fangosa, llimosa / 7. És un altiu, però ell diu que no se n'ha d'averگویر. Cabells de cavall al vent de llevant / 8. No la sap tan llarga com son avantpassat Rasputin. Ratlles de dreta a esquerra / 9. S'acaben la carn. Taüt vestit per desfilar. A la panxa del bou / 10. Té idiosincràsia de pilota, l'imbècil. Arrii veles / 11. Presentació en societat. Ja em puc arrececar, si es presenta aquest. És cosa vostra / 12. Una gran massa de meló. Amares la roba per fixar-ne els colors / 13. En el pràctic es comporta com un apàtrida. No ha pogut jugar mai a parxís.



**VERTICALS:** 1. Mil paraules en sis quadrets. Té tanta cara que quan mira de lluny li sobrevé un tic / 2. Models sense propietats. L'enfollonit habitual. Dos quarts d'onze / 3. Anticipat gramaticalment al número per compondre. Part isolada de la forquilla / 4. Peix amb molt de gust de remolatxa. Flautista xiulador / 5. Polpa de la polpa. Llana de poc compromís. Aquesta lletra porta cua / 6. Fissura per culpa d'un clima que envelleix la pell. Si no enrameu, almenys feu branca / 7. A mig fer. Demuestra amb l'exemple que les seves creacions

s'enlairen. Producte Netament Interior / 8. Divinitat que de la missa... Gràcies a l'avantpassat no han quedat curtes / 9. Poltrona per gent no gaire escolaritzada. És cosa de somiar-hi / 10. Netament Produït. Antibiótics no aptes per sanes ni... Com a ajut és correcte / 11. Meritaré d'alguna manera la consideració d'insensat. Si remenes les cues d'Estocolm n'hi trobaràs algun / 12. Regalimosa de sol. Mol·lusc lamel·libranqui marí de valves ovals amb fines estries radials; o sigui, berberetxo.

### SUDOKUS

Ompliu la quadrícula de 9x9 caselles dividides en subquadrícules de 3x3 amb les xifres de l'1 al 9. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrícula.

**Dificultat: fàcil**

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

**Dificultat: mitjana**

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

### QUADRE NUMÈRIC

5	+	7	-	2	10
+		-		-	
3	+	1	+		8
+		-		-	
	-		-		-5
17		-2		-8	

### SOPA DE LLETRES

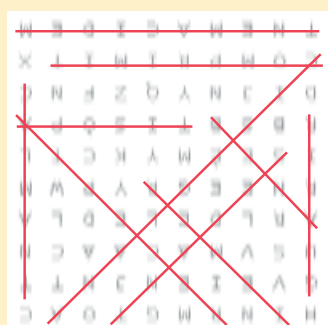
H	I	N	R	M	G	T	O	A	C
G	V	E	I	E	N	J	N	T	T
U	S	V	M	A	C	A	A	C	N
A	R	L	D	E	L	E	D	L	A
R	N	E	E	G	R	Y	P	W	M
T	S	F	F	M	Y	K	C	T	I
R	B	S	B	T	I	S	Ò	P	A
D	I	J	N	Y	Q	Z	F	N	C
C	O	M	P	R	I	M	I	T	X
T	N	E	M	A	C	I	D	E	M

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

- Analgèsic
- Apòsit
- Bena
- Calmant
- Comprimet
- Guarir
- Medicament
- Recepta
- Remei
- Sedant

### SOLUCIONS

		-8	-2	17	
-5	9	-	8	-	6
					+
8	4	+	1	+	3
					+
					-
					2
					10



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

Dificultat: fàcil

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

Dificultat: mitjana

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