

NARRACIONS CURTES, REFLEXIONS LLARGUES



A CÀRREC DE TONI GIMÉNEZ I FAJARDO

KATHARSIS

Talment com hi ha persones que fan dejunis per deixar reposar el cos i desintoxicar-se, valdria la pena fer *khatarsis*, talment com feien els grecs clàssics, o sigui, purgues anímiques per fer net tant de la nostra dimensió emocional com de la mental, una mena de neteja interna de les tensions, preocupacions i estrès i de tots els nostres sentiments i emocions negatives... Un petit *reset* per fer cau i net de tota mena de frustracions, desencisos, complexos, mal humor... que ens van desgastant dia a dia i que poden arribar a fer canviar el nostre caràcter i fins i tot a buidar de sentit la nostra pròpia existència. Purgues anímiques que esdevenen bàlsams per a la nostra dimensió transcendent, talment com quan fem silenci, prenem una sauna o anem a un lloc d'aigües termals. Tot en plegat és un bon massatge per al nostre ego.

Gener 2022.