

LA FILOSOFIA, EINA CONTRA LA POR

Ramon Alcoberro

El dret de no tenir por és la base de la vida humana digna per excel·lència. Franklin Delano Roosevelt (1882-1945) el 4 de març de 1933, en jurar el mandat com a President dels Estats Units d'Amèrica, en mig d'una crisi econòmica espaordidora, va pronunciar un discurs que resumeix el que sempre ha pensat la filosofia d'arrel democràtica i humanista sobre la por. Deia Roosevelt: *«Permetin-me afirmar la meva profunda convicció que l'únic que ens ha de fer temor és la pròpia por: terror sense nom, sense raó, injustificat, que paralitza tots els esforços necessaris per tal de transformar el retrocés en avançament»*. La frase *«No hem de tenir por de la por»* és, en realitat, del filòsof estoic romà Epictet que tenia una teoria molt més equilibrada sobre la qüestió. Per a Epictet el perill rau en què som els humans mateixos els qui ens turmentem i ens fabriquem les nostres pròpies pors.

Situacions com la pandèmia Covid-19 resulten molt apropiades per alimentar la xerrameca grollera, i suposadament motivacional, que ens demana intrepidesa i voluntarisme per superar situacions de dolor, de por i de mort. Frases del tipus “no permetis que la por et bloquegi” o “venç la por” son tan boniques com absurdes. Resulten difícils de portar a la pràctica en la vida diària per a la gent normal. I ressonen francament cíniques. Sovint, a més, els qui et conviden a no tenir por son la mateixa gent que l'han alimentada, usant el poder amb absoluta ignorància, amb menyspreu o amb violència.

Aquest tipus de misèries, molt habituals als llibres d'autoajuda, neixen d'un error que en filosofia sovint s'anomena la fal·làcia platònica. O també la fal·làcia bivalent. Consisteix a creure que davant una situació només hi ha dues opcions mútuament excloents: blanc o negre, bé o mal, por o valor. Greu error, perquè la realitat no és platònica, sinó aristotèlica i utilitarista. Al món real entre la por i el valor sempre hi ha molts graus; tot és qüestió de matisos, de termes mitjans; i minimitzar el mal és més important que fer el bé. En realitat la valentia i la por no s'exclouen mútuament i, a més, tenen unes fronteres molt ambigües.

Resulta molt senzill ser valent des del sofà o entrenar el nostre equip de futbol des de la barra del bar. Però no serveix de res i fa de ximple. Demanar als altres que siguin valents en situacions extremes és un estat descaradament irracional, promocionat com a ideal pels que mai no s'han trobat en situacions desesperades i, en tot cas, generalment impossible de portar a la pràctica, perquè no serveix per a res la valentia si no es disposa d'eines eficaces per a exercir-la amb possibilitats de profit.

El que pretenia Epictet no era que els humans fossin valents, així en abstracte, sinó que es preguntessin si tenen les pors correctes; si temien el que realment era temible i no qualsevol cosa. És molt important preguntar-se quines son les nostres pors – què és allò que ens fa vulnerables – i saber respondre-hi d'una manera adient. La utilitat de la filosofia no rau a treure'ns la por sinó a fer-nos conscients de si les nostres pors son racionals o absurdes. Hauríem de témer no haver viscut una vida profitosa i digna. Hauríem de témer mirar enrere en la vida i penedir-nos del que hem fet. Hauríem de témer un nerviosisme histèric que ens impedeix gaudir. Però témer la mort o tenir por a prendre mal en la batalla quan no portem armes és perfectament comprensible i del tot racional.

La teoria estoica demana que la por sigui real i autèntica i, per tant, resulta útil per evitar un tipus de pors molt habituals: les que provenen de la imaginació. Hi ha una profunda ironia en el tema de la por: donat que és un estat de pre/visió, una alarma davant un futur possible o provable, sovint el que ens fa por i ens paralitza és allò que encara no ha passat i que potser mai no hauria passat, si nosaltres mateixos no hagéssim caigut garratibats per la nostra angoixa mal

controlada. És la por del porter davant el penal i la del músic abans del concert. Per això els estoics deien que anticipar els problemes és una bona manera d'evitar-los. En aquest aspecte per a l'estoïcisme era prudent l'educació en l'autocontrol personal. No estar apegats a les coses materials és la recepta clàssica per a tenir una confiança en nosaltres a prova de bales (i de comentaris idiotes a Twitter) i per a valorar allò que és important de debò. Els pensadors antics ens han tramès dos exemples fàcils sobre com aconseguir l'autocontrol. Si ens acostumem a viure d'una manera sòbria, per exemple, no notarem tant la pèrdua de la riquesa i si la nostra taula és moderada no patirem ni fam ni fartera. De la mateixa manera, a menys dependència respecte als altres, més llibertat personal.

Dues menes de pors son especialment terribles en la tradició estoica. La por a fallar i, especialment, la por i al judici dels altres, que és imaginària però ens pot arribar a paraitzar. No serveix de res paraitzar-se i traumatitzar-se pensant què opinaran els altres sobre el que som i el que fem nosaltres. Senzillament això no està sota el nostre control. El que sí ho està, diria Epictet, es comportar-nos d'una forma adient i digna, sense histerismes. L'estoïcisme, en definitiva, ens previndria contra aquesta irracionalitat profundament humana que ens degrada.

La ment d'una persona que té por el pot conduir a tota classe de bestieses i habitualment porta a l'esclavatge voluntari, a la submissió i la dependència respecte d'algú més poderós (o de la beguda i la droga). I és aquí on entra la consideració de la importància central de la democràcia en la lluita contra la por. La democràcia és un règim d'opinions i, per tant, en principi, s'hi accepten tots els parers a condició d'estar mínimament ben argumentats. D'això tècnicament se'n diu la "condició de plausibilitat", que traduït significa que no es pot dir qualsevol cosa però sí "gairebé" qualsevol cosa. En democràcia fallar a l'hora d'expressar opinions o de fer pronòstics és desagradable, i ens resta crèdit, però no és decisiu. L'important és rectificar quan falles i no persistir en defenses numantines, indefensables argumentalment, quan els fets et demostren que vas errat.

Si la democràcia és el sistema polític de les societats madures, i el que produeix més felicitat per a més gent, és perquè també ens dona les eines més potents per a defensar-nos de la por. Que tothom sigui igual en drets és l'eina que ens permet no ser oprimits i que puguem esperar el màxim respecte als nostres parers i fer una defensa imparcial dels nostres interessos ens defensa contra qualsevol xantatge emocional o material. Fer-nos forts davant la por al judici dels altres i davant el xantatge emocional i evitar la por a que els altres ens puguin silenciar o sotmetre és el que dona valor a una democràcia madura. El gran perill de la pandèmia del covid-19 és el de naturalitzar la por i, per tant, fer-nos cecs a la llibertat i a la responsabilitat personal, que son els valors morals de la democràcia.