

## Marta Trepat a la gent gran: “Més escoltar i menys batalletes”

Dij, 18/02/2021 per Catalunya Religió



(*Laura Mor -CR*) “Com a psicòloga portes la impotència agafada d’una mà i la paciència agafada de l’altra”. Així defineix la seva vocació **Marta Trepat**. Fer camí amb els altres. Conscient de “la impotència de no poder fer més” i sense abandonar “la paciència de no donar-se mai per vençut”. Persona sensible i entusiasta, contagia alegria sense deixar de tocar de peus a terra. Psicòloga jubilada, ha acumulat molta experiència i no dubta a posar-la al servei de la comunitat. És com entén la vida cristiana: com un do que cal agrair i que la porta a obrir-se als altres.

Aquesta mateixa setmana comença un cicle de conferències *online* dedicades a la vellesa. Les organitza la seva parròquia de referència, Sant Ignasi de Lleida. La primera, aquest divendres a les sis de la tarda, respon al tarannà de la ponent. La doctora Marta Trepat parlarà de ‘[La joia de viure](#)’. La segona sessió està dedicada a ‘Estimar la vida en la vellesa’, el 5 de març, i la tercera, el 19 de març, parlarà de la mort. “Però no només de la mort, també dels dols que anem fent, de les pèrdues, els fracassos, les frustracions”, explica Trepat.

### “Podem créixer sempre, amb vuitanta o noranta anys”

Les xerrades són una eina per parlar dels canvis que es viuen a partir dels 65 anys. “La vellesa és una etapa molt maca i tenim l’obligació d’aprofitar-la: tens més temps, més disponibilitat i més experiència”, defensa. Hi abordarà tant l’àmbit corporal, l’espiritual com el de les relacions amb els altres.

Trepat no renuncia a la feina de valorar el passat i perdonar-se, de tancar carpetes i fer ponts. “Aquella persona que em va fer mal, allò que em va fer patir, val la pena mastegar-ho per poder-ho pair”. Però assenyala també “el perill de quedar-te endarrere, veient tot allò que no pots fer, deixant de banda tot allò que sí que pots

fer”.

Per això subratlla la importància de “mirar cap al futur, amb els anys o mesos que hi hagi, i viure al dia”. Considera que “cada dia és un regal que cal aprofitar”. I que convé fer un treball amb “eines que a vegades són agradables i que a vegades són dures i doloroses, però molt útils”. Assegura que “podem créixer sempre, també amb vuitanta o noranta anys”.

### **I en temps de confinament?**

El temps de pandèmia i de confinament s’han viscut en alguns casos com una frustració. I en l’etapa de la vellesa i la jubilació, amb doble càrrega: no poder sortir de casa o no poder veure els fills o els nets. Però Trepapat en fa tota una altra lectura: “Trobo que va molt bé, estem molt dispersos i disgregats, vivim molt de cara enfora”. Lamenta la situació que fa patir la gent econòmicament, però creu que “des del punt de vista humà és una gran oportunitat”. I convida a fer-se una pregunta: “M’he de quedar a casa, sola, què puc fer?”

Posa com a exemple els concerts i conferències que s’ofereixen en format virtual. “No ens podem queixar de res”. Parla d’eines que són a l’abast i que valora com una riquesa. “Àvia, t’estàs convertint en una youtuber!”, li diuen els nets.

### **Fer silenci per comprendre**

I la fe, com pot acompanyar aquesta etapa vital? “L’Evangeli ho impregna tot, però has d’estar en silenci”. Davant de la necessitat de fer silenci, Trepapat alerta que “la televisió és un verí” i diu que és “horrorós allò d’engegar-la a veure què fan”. I hi insisteix: convé fer silenci per comprendre.

Per comprendre en aquest cas l’Evangeli. Per a ella, “és un tractat de psicologia espiritual”. “Des del punt de vista psicològic l’Evangeli és fantàstic, és tan fi... aquesta manera de dir les coses tan precisa...” Posa l’exemple de la resurrecció: “Jesús s’apareix a Maria Magdalena i no el reconeix. Tampoc els deixebles d’Emmaús. Si han estat tota la tarda parlant! Què vol dir?”. Trepapat assenyala la subtileza de les escriptures i la necessitat de tenir certa calma per comprendre-les.

### **“Més escoltar i menys batalletes”**

Li preguntem pel valor que posa l’Església en la gent gran. La comunitat de creients, els té en compte? “L’Església no deixa de ser un reflex de la societat, i a la societat no hi ha una valoració de la gent gran: un cop et jubiles, quedes a part”. I apunta també que “igual passa a l’Església amb les dones: aquest masclisme subliminal hi és contínuament, perquè hi és a la societat”.

Trepapat recorda que la gent gran té necessitat de parlar, però amb cautela. “Les persones grans hem de parlar quan ens ho demanin, les batalletes em fan molta por”. Considera que cada persona i cada època és un món, i que l’aprenentatge es fa des de la vida mateixa.

Així, parla d’educar els joves amb l’exemple: “Tal com ets, si no et queixes, si ets activa, si ets optimista, si et fan il·lusió les coses”. Mentre treu importància al discurs, en dona a la manera de viure i de funcionar. Defensa que la gent gran el que pot oferir és capacitat d’escoltar: “Parlar poc, menys batalletes, i més escoltar, escoltar per aprendre”.

Trepat, que va participar al [Concili Provincial Tarraconense](#), del que se n'han celebrat 25 anys, es mostra crítica amb aquell esdeveniment eclesial. “Va ser una experiència decebedora”. Malgrat la trobada amb “persones maquíssimes”, considera que globalment es va perdre una oportunitat pastoral.

Però l'Església no li fa perdre la fe. En absolut. “Deixem de votar perquè els polítics ens deceben? Oi que no?” Per a ella “el model és Jesús de Natzaret” i “amb tota la resta anem fent amb una sabata i una espadenya”.

### **“Acompanyo tothom que m’ho demana”**

Marta Trepat i Secanell (Tàrraga, 1945) s’ha dedicat tota la vida a acompanyar els altres com a psicòloga. L’eix principal ha estat al servei de psiquiatria de l’Hospital de Santa Maria de Lleida, amb grups terapèutics de malalts ingressats. També ha treballat 30 anys com a professora de Psicologia Mèdica a la Facultat de Medicina de la Universitat de Lleida i com a professora de Psicologia i Religió a l’[Institut Superior de Ciències Religioses de Lleida](#), durant 40 anys.

Un cop jubilada, i sense càrrega laboral, no ha abandonat la seva vocació. “Cada dia faig entre dues i quatre hores de treball professional; em sento útil i tinc molta experiència”. Això sempre que li ho demanen. També fa consultes i supervisions *online* de psicòlegs joves. I continua col·laborant com a voluntària a Càritas i Arrels Sant Ignasi.

De fet, ha estat la psicòloga de capçalera d’[Arrels Lleida](#) des que es va fundar el servei d’atenció a persones sense llar i la mateixa parròquia de Sant Ignasi, fent costat al jesuïta **Joan Suñol**. Sempre ha acompanyat els que acompanyen: tècnics i voluntaris. “Acompanyo tothom que m’ho demana”.

En aquests casos, valora també que sovint els voluntaris i treballadors d’entitats com Arrels “són gent molt jove”. I que “fan tasques que desgasten molt, generen impotència i ansietat”. Per això ella sempre els diu: “No us ho emporteu a casa, mireu com ho treballem perquè no afecti la vostra vida personal”.

Trepat recorda que “a l’hospital tenia el cul pelat de treballar amb persones que semblaven que se’n sortien, i recaiguda; se’n sortien, i recaiguda”. I puntualitza que “amb persones amb psicosi i esquizofrènia no parlem de curar, sinó d’acompanyar”.