



23-27 febrer. BTC 2026

SETMANA DEL BON TRACTE i LA CURA

MANIFEST

Vivim envoltats de soroll. Soroll al carrer, a casa, als mitjans de comunicació, a les xarxes socials, als grups de xats, als nostres caps. Soroll d'opinions que busquen vèncer l'altre. Presses que no deixen espai. Paraules que se superposen i es confonen, en lloc de trobar-se.

Aquest any, des de la Companyia de Jesús et proposem que activis la teva "cancel·lació de soroll". Tal com fem amb els auriculars quan eliminen els sorolls de fons, et convidem a apagar aquell brunzit constant que no ens deixa escoltar.

Aleshores, quan hagi aconseguit abaixar el volum del soroll que distreu, podràs fer l'esforç d'escoltar de veritat i la veritat. **Perquè escoltar és tenir cura.** Escoltar amb atenció, amb respecte, amb empatia. Escoltar no només el que es diu, sinó el que se sent. Escoltar amb tots els sentits i també amb el cor.

Sant Ignasi ja ens va ensenyar que hem d'estar més disposats a salvar la proposició del pròxim que a condemnar-la. És a dir, que hem d'intentar **entendre què vol dir l'altre.** Però per això necessitem acollir-lo, comprendre'l i tractar de posar-nos en el seu lloc.

Escoltar el company o la companya que necessita suport.

Escoltar el nen o la nena que parla amb els seus dibuixos.

Escoltar qui demana ajuda amb els seus silencis.

Escoltar qui pensa diferent.

Escoltar qui gairebé mai parla.

Escoltar aquells que només tenen la seva paraula per demanar justícia, ajuda o amor.

En un món de polarització, crits i urgències, apostar per **l'escolta és un acte valent.** És posar-nos en el lloc de l'altre, fer silenci dins nostre per acollir la seva veu. I des d'aquí, crear comunitats més segures, més humanes, més justes.

Per això, en aquesta Setmana del Bon Tracte i la Cura et proposem quelcom senzill i transformador:

- Abaixa el volum dels teus prejudicis.
- Refusa les interrupcions.
- Escolta per acollir.
- Escolta per comprendre.

Cancel·la el soroll: Escolta (per tenir cura)