

VERSÍO EN VALENCIÀ

Pablo canta malament a la dutxa: per què és bo aprendre a avorrir-se

PEDAGOGIA ACTIVA

15 de juny de 2026

Hi ha dies de classe que comencen amb una pregunta ximple i acaben en un lloc que no esperaves. Este és un d'eixos dies.

Estàvem en 1r d'ESO, en anglés, parlant de rutines diàries. I va arribar la pregunta trampa, la que sempre funciona: «*Who sings in the shower? Who thinks they sing well in the shower?*» Mans amunt, rialles, algú confessant que es creu Beyoncé amb el gel de bany a la mà. Bon ambient, el que a mi m'agrada.

I aleshores va parlar Pablo.

Ens va contar que a ell, quan es dutxa, li passa una altra cosa: li vénen al cap converses que ha tingut durant el dia. Però no tal com van ser, sinó com podrien haver sigut. El que li haguera agradat dir. Com haguera tancat eixa frase que es va quedar a mitges. I li fa ràbia —«coraje», va dir ell— no haver-ho dit així en el seu moment.

Per què se'ns acudixen idees a la dutxa?

Vaig preguntar a la classe: a algú més li passa això? I ací es va armar. Sí, a uns quants.

Aleshores vam anar un pas més enllà: per què creieu que passa just ací, a la dutxa, i no en un altre moment del dia? Van eixir respostes de tota mena, algunes prou disbaratades, fins que entre tots i totes vam arribar a una cosa que mereixia quedar-se a la pissarra:

A la dutxa el cervell està fent una cosa automàtica. No necessita pensar per a dutxar-se. I és just aquí, quan l'automàtic allibera espai, quan apareixen eixos pensaments que durant la resta del dia no tenen lloc.

I d'ací, com passa sempre que deixes que una classe de 1r d'ESO pense en veu alta, vam arribar a un lloc molt més interessant del que havia planejat aquell matí.

Un cervell saturat de pantalles

Vam parlar de com de saturat va el nostre cervell quasi tot el dia. I de com bona part d'eixa saturació té un nom molt concret: pantalles. Mòbil, notifikacions, vídeos de quinze segons encadenats amb un altre vídeo de quinze segons. Un cervell que mai no arriba a estar en «mode automàtic» perquè sempre hi ha alguna cosa que li demana atenció.

I si el cervell no descansa mai, tampoc no té eixa estoneta de dutxa, de cotxe, de caminar sense auriculars, en què ordenar el dia, repassar el que ha passat o, simplement, inventar alguna cosa nova.

Ací va arribar la paraula que tothom evita: **avorriment**.

Avorrir-se també és aprendre: Arquimedes i Newton

Sí, ho vam dir així, tal qual, en veu alta en classe d'anglès: cal saber avorrir-se. Perquè l'avorriment no és l'enemic, és l'avantsala. És eixe espai buit on pot passar alguna cosa. Sense espai buit no hi ha lloc perquè ocorregui la màgia.

I no ho dic per dir. Els ho vaig posar fàcil als xavals amb dos noms que tots coneixien: Arquimedes descobrint el principi del volum mentre es banyava. Newton davall d'un arbre, amb la ment en blanc, veient caure una poma. Ni l'un ni l'altre estaven «produint». Estaven, simplement, deixant que el seu cervell respirara. I ací, en eixe silenci, va aparèixer la idea.

Què poden fer les famílies davant del «m'avorrisc»

Perquè este espai no es protegix tot sol. Algú l'ha de sostindre. I eixe algú, moltes vegades, sou les famílies.

Ho vaig dir a la classe tal qual: sou vosaltres, pares i mares, qui heu d'aprendre a detectar estos moments, a afavorir-los i, sobretot, a **aguantar el «m'avorrisc»** sense eixir corrents a resoldre'l amb una pantalla. Perquè quan un xiquet o una xiqueta es posa pesat amb l'avorriment, la temptació de calmar-lo amb un mòbil és enorme. I ací, sense voler, li estem tancant la porta al que podria haver passat si haguérem aguantat una mica més.

(Tots i totes van riure en imaginar-se l'escena a casa. Cosa que vol dir que l'escena existix, i que la coneixen bé.)

Un pacte per a l'estiu: avorrir-nos una mica més

Vam acabar la classe amb un pacte senzill, d'eixos que no porten nota ni examen: este estiu intentarem avorrir-nos una mica. De veritat. Deixar espai. Apartar el mòbil una estona més de l'habitual i mirar al voltant.

Pot ser que eixe buit et porte a una migdiada estupenda. Pot ser que et porte a resoldre, per fi, eixa conversa que se't va quedar a mitges. O pot ser, qui sap, que et porte a descobrir el teu propi principi d'Arquimedes.

Però perquè això passe, primer cal deixar la pantalla i permetre que el cervell, per una vegada, no tinga res a fer.

Bon estiu. I **bon avorriment.**