



Joan Carles Subirats | psicòleg i escriptor

● **Vaig néixer a Llançà (Girona) el 1971** ● Som psicòleg, especialitzat en relacions laborals ● **Fa dos anys i escaig em van diagnosticar càncer** ● Estic en plena lluita de la malaltia i som optimista ● **He escrit un dietari personal de superació** ● Vull donar un missatge encoratjador a altres persones amb sotracos similars a la vida.

«En aquesta vida, s'ha de ser agraït»



Sonia Marquès Camps

Viure «A dos pams del cel», confessa Joan Carles Subirats, convidat per la Xarxa de Biblioteques de Menorca a presentar el seu llibre, amb les experiències i reflexions a conseqüència d'un càncer, amb un to emotiu i encoratjador, «et fa gaudir més de les petites coses de la vida i posar en pràctica el missatge del carpe diem». Parlar de la malaltia de forma tan íntima com en aquest Dietari de superació, que és el subtítol, no només és terapèutic, sinó que ajuda a entendre-la millor. De forma explícita, hi ha també un reconeixement a la feina dels professionals de la salut.

Parlar del càncer de manera

propera és un dels secrets de l'èxit?

—Fa set mesos de la publicació i venda del llibre, i portem quatre reimpressions i se n'està fent una traducció al castellà. La malaltia d'un càncer és un tema delicat, i malauradament, arriba a moltes cases. Només que ajudi a una sola persona que passi per una situació similar ja estaria més que satisfet.

Escriure les seves emocions l'ha ajudat en el procés?

—Vaig començar a escriure el dietari a la primera quimioteràpia, amb set hores de sessió al davant. Li vaig demanar a la meua dona que, si us plau, em portés una llibreta i un boli, seguint, en part, el que havia fet una companya de feina en el seu procés de càncer, escrivint el que sentia, els dies bons i els dolents del tractament, perquè l'havia ajudat.



L'autor de «A dos pams del cel», dietari d'una superació va presentar el llibre a la Biblioteca de Ciutadella i a la de Maó. Foto: FÀTIMA ANGLADA.

Era dia 22 de febrer de 2019, si bé amb el relat em remunto a mesos enrere, per transmetre el missatge de com et pot canviar la vida aquest diagnòstic, quan estàs gaudint de la vida.

El seu missatge és de tirar cap endavant i d'optimisme.

—Tot i tenir un entrebanc d'aquest tipus, sempre s'ha d'intentar mirar endavant, amb optimisme, i confiança plena en l'equip mèdic amb qui estem a les mans.

El va escriure pensant amb els altres?

—Va començar com un diari personal i íntim, però tot va canviar quan la meua dona el va començar a llegir i em va aconsellar que en fes un llibre. El primer objectiu era transmetre al meu cercle proper un major coneixement de la malaltia, per poder encarar situacions adverses com aquestes. Jo no m'esperava que tingués una resposta tan bona.

Parla de l'acceptació de la malaltia com a primer pas.

—Jo tinc la sort d'haver-ho fet poques setmanes després de patir els moments tan durs del diagnòstic, amb els plors i les

llàgrimes. Acceptar-ho t'ajuda a afrontar la realitat; a veure-la amb més serenitat i confiança, amb el cap més fred per trobar les solucions. Per altra banda, l'entorn familiar, tenir l'afecte dels teus, ajuda veure les coses amb més força.

Hi ha aquí un gran reconeixement als professionals sanitaris.

—En aquest món, s'ha de ser agraït. En el llibre parlo de l'Hospital Josep Trueta de Girona i de l'Hospital de Figueres, de com em van tractar els metges i les infermeres allà, tant en el procés del càncer, amb un trasplantament de medulla òssia, com amb la covid, que també vaig patir. Ho escric amb el cor, i després tens la recompensa, perquè vaig rebre una carta de la direcció ICO (Institut Català d'Oncologia) de Girona, on se'm felicitava de forma molt emotiva. I van regalar el llibre a l'equip.

Es viu més intensament a dos pams del cel?

—Jo ja era una persona que gaudia de les petites coses de la vida, però la malaltia és veritat que et fa viure i pensar diferent. Aquelles petites coses a les quals abans no els hi donem importància ara ho són. I és trist que de vegades s'hagi de passar per un sotrac així per veure que s'ha de viure el moment.

El llibre té grans elogis a Menorca.

—Conto al llibre una escapada a l'Illa pocs mesos abans del diagnòstic, que em va deixar empremta; tant aquesta terra com la seva gent. Ara he tingut la sort de tornar, a la presentació del llibre, per iniciativa, especialment, de la Fàtima Anglada, qui va venir a una xerrada que vaig fer a Palafrugell. Estic segur que no serà l'última vegada.