

# MARK ANTHONY S. SALVADOR

Nagtapos ng Masterado sa Malikhaing Pagsulat sa Unibersidad ng Pilipinas – Diliman, kasalukuyang kumukuha ng Doktorado sa Pilosopiya sa Panitikan ng Pilipinas sa nasabing pamantasan si Mark Anthony S. Salvador. Mababasa ang kaniyang mga akda sa *Kawing*, *Rappler*, *Tomas*, *Dx Machina: Philippine Literature in the Time of Covid-19*, *Likhaan*, *Entrada*, *Reflective Practitioner*, *Pylon*, *Bookwatch*, *Liwayway*, at *Luntian Journal*. Nagtamo siya ng unang gantimpala sa kategoriyang sanaysay sa Saranggola Blog Awards 2022. Kasalukuyan siyang assistant professorial lecturer sa Departamento ng Filipino ng Pamantasang De La Salle – Maynila. Kasapi siya ng Alliance of Concerned Teachers – Private Schools. Mahilig siyang magkape, maglakad, manood ng mga anime at mangarap.

## **PAGDAMÁ SA MGA SAGLIT**

“KUNG MAGKAPE KA, isang oras.”

Madalas akong pagsabihan ni Mama tungkol sa tagal ko sa pagkakape. Bakit daw gusto ko ang kay lamig na kape? Retorikal na tanong lang iyon. Hindi ko gusto ang lumamig nang kape. Ang gusto ko ay kape sa bagong kulong tubig. Lumalamig lang ang kape sapagkat ninanamnam ko at hindi minamadali ang pag-inom, hindi na kainitan ang kape kung 1/3 na lang ang laman ng mataas na tasa. Isinasabay ko ang pagkakape sa pagbabasá, pagsusulat at pagmumuni. Kalimitan, nagkakape ako hindi dahil nagugutom ako o dahil gusto kong magpababa ng kinain, kundi para mas makapagmuni.

Ilang ulit kong nadaanan noong 2021 sa newsfeed ng Facebook ang paskil na nagsasabing damhin ang kasalukuyang saglit sapagkat iyon ang búhay. Tuwing nagbabasa ng libro, halimbawa, pakadamhin, dahil ang saglit na iyon ang búhay.

Sang-ayon ako sa pinupunto ng paskil. Kaya itinuon ko ang atensiyon ko sa isang bagay lámang—sa kasalukuyan kong ginagawa. Tuwing nanonood ako ng anime, halimbawa, o nagsusulat, nandoon dapat ang buong atensiyon ko. Kaya lámang, nahihirapan pa rin akong ituon ang atensiyon ko sa kasalukuyan kong ginagawa. Bukod sa nakasisira sa pokus ang social media, sinanay kasi tayo ng sistema na pinagsasabay ang mga gawain o samantalang may ginagawa ay nag-iisip ng ibang bagay.

Sa ilalim ng kapitalismo, nagmamadali ang mundo, at pinakaaligaga ang lungsod. Bawal ang babagal-bagal at mga pagtanga, dahil ang usapin ng oras ay usapin ng kíta. Pinaniwala ang mga tao na marami dapat natatapos sa kada araw.

Isang gabi, matapos sitahin ni Mama ang tagal ng pagkakape ko, nakasulat ako ng tula.

“Paglipad Itong Pagkakape”

Kay payak lang nitong hiling:  
payapang saglit tuwing nagkakape  
nang maibuka ang mga pakpak,  
makalipad, at mapagmasdan  
mula sa itaas ang lahat.  
Sapagkat pagkatapos nito  
ay nababawasan ang bigat.

Ngunit parati, pinagmamadali sa higop.

Kay ramot ng mundong  
kita at tubò ang nagpapainog.

DAHIL NGA LAGI TAYONG pinagmamadali ng kapitalismo, napakaproblematiko ng pagpapakahulugan ng marami sa salitang “produktibo.” Hindi “produktibo” para sa marami ang pagpapahinga at paglalaan ng panahon para sa sarili, halimbawa ay panonood ng pelikula. Hindi nakikita ng marami na balon tayo na nasasairan ng tubig, at na ang panahon para sa sarili ay paraan natin ng pagpuno muli ng tubig sa ating sarili.

Si Mama nga, dati, ay paminsan-minsang nakapagsasabi ng “Kay iinam natin, nagsipagtanga,” bagama’t masaya naman siya tuwing sinasabi ito, pabirong pahayag tuwing may bonding kaming mag-anak sa sála. Ipinaliwanag ko sa kaniya na problematiko ang

gayong litanya, dahil nga kailangan ng katawan at isip ang pahinga at panahon para sa sarili.

Tinatawag itong “fallow time.” Mahusay itong naipaliwanag ni Bonnie Tsui sa artikulo niyang “You Are Doing Something Important When You Aren’t Doing Anything” (2019) sa *The New York Times* sa pamamagitan ng paggamit sa tipaklong mula sa pabula ni Aesop bilang representasyon ng mga indibidwal na naglalaan ng panahon para sa kanilang sarili. Aniya:

“But what if the grasshopper only looked like it wasn’t working? What if, as an artist, its play was critical to its work, only no one saw it? ...

Fallow time is necessary to grow everything from actual crops to figurative ones, like books and children. To do the work, we need to rest, to read, to reconnect. It is the invisible labor that makes creative life possible.”

Bagama’t mahalagang maging gaya ng mga langgam sa kasipagan, mahalaga ring maging gaya ng mga tipaklong para mas makapagpatuloy.

SI GRANT SNIDER, Amerikanong komikero, ay kay husay mamilosopiya sa ilang panel lamang ng komiks. Ilan sa mga sinabi sa comic strip niyang “The Attention Manifesto” na binubuo lamang ng anim na panel ang mga sumusunod: “I will pay attention on what is in front of me,” “I will find beauty in the mundane,” at “I will stay open to wonder.”

May dalawang primaryang aral na makukuha sa comic strip ni Grant Snider—damhin ang mga saglit gaano man kakaraniwan ang mga ito, at sumalungat sa agos ng nagmamadaling mundo.

Magkaugnay ang dalawang ito, at masasabi kong kapwa ko isinasabuhay ang mga ito. Halimbawa, hindi lamang ako nakikipaglaro kina Dagli at Champ-champ, mga aso namin, nagpapabalani rin ako sa uniberso ng kanilang mga mata. Ninanamnam ko ang panonood ng mga pelikula. Katunayan, ang isang pelikulang may habang dalawang oras lamang ay pinapanood ko nang isang linggo, paputol-putol, sapagkat pinagmumunian ko ang ganda ng mga linya na parang mga taludtod sa tula, ang rikit ng mga imahen lalo na kung anime ang pelikula, at mga katulad. Nang minsan kong subukan ang elbow plank bilang bahagi ng abdomen workout, nadama ko kung gaano katagal ang isang minuto. Sa nagsisimula sa elbow plank, malaking bagay na ang umabot nang isang minuto. Kalimitan ay nanginginig na ang mga binti, braso at abdomen pagtungtong pa lamang nang 45 segundo. Kinakaya kong lumampas sa dalawang minuto.

Mahilig din akong tumitig sa talulot ng mga bulaklak at pabalat ng mga aklat. Sa pamamagitan ng mga ito, ninanamnam ko ang mga saglit, kaya bumabagal ang inog ng aking mundo.

Sang-ayon sa sanaysay na “When Life Moves Too Fast, Here’s the Secret to Slowing Down” (2022) ni Craig McMahan, ang palagiang pag-iisip sa búkas ay sanhi sa persepsyon na kay bilis ng panahon. Mahalaga namang planuhin ang susunod na mga araw. Ngunit kung kay dalas ng pag-intindi para sa susunod na mga araw, halimbawa, kung sa panahong nakikipagkuwentuhan sa mahal sa búhay, nanonood ng pelikula, at nakikipaglaro sa mga pusa ay iniisip pa rin ang mga gawain sa susunod na mga araw, mistulang bibilis ang panahon, dahil hindi nadaramang mabuti ang kasalukuyang saglit.

Ayon kay McMahan, “What issues have to be addressed for tomorrow? What opportunities have to be seized over there? What problems on the horizon have to be solved before I get there? We live so much in the planning mode that we don’t find ourselves very often in the present mode.”

Ang nakalulungkot, naging pribilehiyo lámang, sa halip na karapatan, ang pagdamá sa mga saglit. Dahil sa bagsak na pasahod, mataas na buwis, lumolobong presyo ng pangunahing mga pangangailangan, at bagsak na batayang serbisyo gaya ng serbisyong pangkalusugan, kinakailangan ng laksang Pilipino na magtrabaho na parang mga makina, sanhi upang magmistulang kay bilis nang inog ng mundo.

**NAPAKAHALAGA SA AMING MGA GURO** ang pagkakaroon ng sapat na panahon.

Tuwing may sapat na panahon, mas ikinagagalak ko ang pagmamarka sa papel ng mga estudyante. Nakapagbibigay ako ng iba’t ibang porma ng kalitatibong tugon gaya ng mga papuri at ng mga mungkahi kung papaano mas mapapaganda ang kanilang papel. May mga pagkakataong humihinto muna ako sa pagtsitsek para magpaskil sa Facebook wall ko ng paghanga at galak ko sa isinumiteng papel.

Sa pagkakaroon ng sapat na panahon, nagiging mas mabisa rin akong guro hindi lang dahil mas napaghahandaan ko ang aking mga klase, kundi dahil din may sapat na panahon ako para sa aking sarili, sanhi upang maging mas malusog ang aking isip. Ngunit kay ilap ng sapat na panahon para sa aming sektor.

Maraming guro ang gaya ko na nagtuturo sa dalawa o higit pang paaralan, at mataas ang hawak na teaching units. Wala namang opsiyon ang marami sa amin. Mataas ang presyo ng pangunahing mga pangangailangan at mababa naman ang rate per hour. Kaya kailangang tumanggap nang tumanggap ng teaching load para matugunan ang buwanang gastusin.

Noong Pebrero 2022, halimbawa, pinuproblema ko kung papaano pagkakasyahin sa natitirang mga araw ang pagtsitsek ng papel at pag-e-encode ng mga grado. Hindi na ako nakakatulog nang sapat dahil sa paghahabol sa deadline. Isang hapon, nakatanggap ako ng anunsyo—sa susunod na mga araw na raw ang pinal na depensa ng mga pananaliksik sa kolehiyong pinagtuturuan ko. Sa maikling sabi, makikihati sa paghahabol ko sa deadline ng pagsusumite ng grado ang pagbabasa ng mga pananaliksik ng mga estudyante. Bigla, naluha na lamang ako.

HUWEBES, ABRIL 18, 2024, deadline ng encoding ng grado sa pamantasang pinagtuturuan ko. May mga pinal na awtput pa akong tsitsekan, at pagkatapos nito, saka pa lamang ako makakapag-encode ng grado. Ilang araw na akong madaling-araw nang natutulog dahil sa pagtsitsek ng mga papel. Sabi ko sa sarili ko, aagahan ko ang pagtsitsek sa natitirang mga papel para makapag-encode ng grado nang mas maaga nang ilang oras sa pagsasara ng portal. Ngunit napaaga ang bangon ko, hindi para magtsek ng papel, kundi dahil sa panganib ng súnog.

Nagsimula ang apoy sa katapat naming bahay. Naiwan daw na buháy ang bentilador, at nag-overheat. Mag-isa lang ako nang

araw na iyon sa bahay namin, kasama ang dalawa naming aso. Sumisigaw ang mga kapitbahay namin. “Súnog! Súnog!”

Nang dumungaw ako sa bintana, wala akong makita liban sa napakaputing paligid na dala ng pag-apula sa apoy gamit ang tubig at fire extinguisher. Mistulang bumaba sa eskinita namin ang mga ulap. Dalawang lalaking kapitbahay ang kumatok sa pinto namin, aakyat daw sila sa ikatlong palapag ng bahay namin. Sinamahan ko sila, mula roon sinabuyan nila nang sinabuyan ng tubig ang katapat na bahay.

Mayamaya pa, may trak na ng bumbero, at naapula na ang súnog. Dumating sa bahay si Papa, may dalang tatlong fire extinguisher. Nakauwi na rin si Mama at ang bunso kong kapatid. Muntik na raw abutin ng apoy ang bahay namin. Malakas daw ang apoy, at malapit na raw makatawid sa bahay namin.

Nang matiyak nang patay na ang apoy at ligtas na ang lahat, muli akong nagdasal para magpasalamat sa Lumikha. Sa kabila ng pagod ng katawan, at higit, ng isip, bumalik na ako sa pagsubsob sa pagtsitsek ng awtput ng aking mga estudyante. Ilang oras na lamang ang natitira sa akin para magtsek ng natitirang mga awtput at magsumite ng grado.

Hindi man lang ako nakapagmuni nang sapat. Hindi man lang ako nakapunta sa ibang lugar o nakagawa ng ibang bagay para umaliwalas ang aking isip. Gusto ko itong tawaging “pagsasamakina sa mga tao.” Sa ilalim ng kapitalismo at neoliberalismo, itinuturing ang mga tao na makina, walang sapat na panahon para ipahinga ang isip at katawan, pinagpapahinga lamang saglit para matiyak na hindi mag-o-overheat.

MAHILIG AKONG MAGSULAT ng tula, at malinaw sa akin na mapanghilom ang paglikha ng tula. Sabi ko nga minsan sa isang paskil ko sa Facebook: “Tuwing napapagod, tuwing may nais sabihin, tuwing may emosyong nais unawain, magsulat ng tula. Ang pagsulat ng tula ay anyo ng pahinga, pagkukuwento sa kaibigang matapat na nakikinig, at pakikipag-usap sa sarili.” Gumagaan ang loob ko matapos kong sabihin sa tula ang mga nagpapabigat sa aking loob.

Samantala, isang kakayahan ng tula ang bihirang mapag-usapan—ang pagtula ay anyo ng protesta sa nagmamadaling daigdig. Una, sa paglikha ng tula, mahalagang hindi nagmamadali ang makata. Sapagkat kung magmamadali siya, hindi niya makikilalang mabuti ang emosyon na kaniyang tutulaan, hindi siya mahusay na makapagpepresenta ng pilosopiya, hindi niya mapipili ang pinakamainam na mga salita, at hindi siya makalilikha ng magagandang taludtod at hulagway. Ikalawa, kalimitang tema sa tula ang mga iglap. Halimbawa, pagkagunita sa dating pag-ibig sa isang hápong umuulan, at pagbisita ng lungkot nang alas-kuwatro ng madaling-araw ng Enero 1, saglit na kay tahimik na ng paligid matapos ang pagsalubong sa bagong taon. Kay liliit lang ng mga iyon sapagkat mga iglap nga lamang. Unawain ng makata ang mga saglit na iyon, papalakihin, gaya ng pagpapalaki ng siyentista sa imahen ng mikroorganismo sa pamamagitan ng pagsilip sa mikroskopyo, isasalin niya ang interpretasyon niya hinggil sa saglit sa mga salita, aayusin ang salansan ng mga salita, magpapanibagong-hubog, magiging tula.

Nakakatulong ang pagtula para mas nakikilala ng makata ang kaniyang sarili, at tumaas ang kaniyang karunungan

pandamdamin (*emotional quotient*). Sa lipunang hindi nakapagmumuni ang mga tao bunga ng palagiang pagmamadali, hindi lamang ang mga usaping panlipunan ang hindi nakikilala ng mga tao, kundi maging ang kanilang sariling pangarap at damdamin.

MAHALAGA RAW ANG MEDITASYON para maging payapa ang isip, sabi noong Marso 2022 ng kaibigan kong si Lyn, matapos kong ikuwento sa kaniya ang mga gumugulo sa isip ko—mga bagay na epekto sa akin ng pandemya, lockdown, inutil na tugon-kontra-pandemya na malinaw na manipestasyon na walang pakialam sa mamamayan ang rehimeng Duterte, at tákot sa posibleng maging resulta ng halalan 2022. Ipinaliwanag niya ang importansiya ng meditasyon.

Agosto 2022, nagsimula akong mag-meditate. Naka-earphone ako habang nagme-meditate, pinapakinggan ang tunog ng malakas na ulan sa naka-play na YouTube video. Naka-indian sit ako sa aking kama, at patay ang ilaw sa kuwarto. Tuwing gabi lang ang aking meditasyon, bago matulog, at paminsan-minsan lang ito. Kung tapos na ako sa meditasyon, nalalaman ko kung gaano ito katagal sa pamamagitan ng pagtingin sa YouTube video. Tumatagal lang ito nang 5-12 minuto. Pakiramdam ko ay kay tagal-tagal na ng 12 minuto.

“Nakakabagot.” Ito ang pinakamaikokomento ko sa meditasyon. Nakaupo lamang ako, sinisikap na blangko lamang ang isip, habang humihinga nang malalim. Walang baryasyong gawain.

Ngunit naisip ko kalaunan na hindi ang meditasyon ang problema, kundi ang kinasanayan nating sistema. Sinanay tayo ng

nagmamadaling mundo na nag-iisip ng ibang bagay habang may ibang ginagawa o pagsabayin ang dalawang gawain para “sulit” ang panahon. Halimbawa, tuwing maluwag sa tren, nagbabasa ako ng libro o nanonood sa Netflix. Naranasan kong magdala ng tsitsekang mga papel sa bakasyon ko sa probinsya. Si Mama, aniya, nag-iisip daw siya ng iluluto habang naliligo.

Sa meditasyon, bahagyang umaalis ang diwa ko sa pisikal na lunan, kung papaanong sa akto ng meditasyon, umaalis ako sa aligagang lipunan.

SA ARTIKULONG “Why Life is Fast: A Sociology of Time” (2021) ni Jayeel Cornelio sa Rappler, ipinaliwanag niya ang pagbilis ng oras sa lente ng biyolohiya at sosyolohiya, bagama’t sa huli siya nagtuon. Pinupunto sa artikulo na dahil sa kapitalismo, may kompetisyon, at dahil sa kompetisyon, may pagmamadali. Aniya, “The capitalist enterprise teaches us to make the most of our time because it has turned it into a scarce resource. Making time more scarce is competition — who deliver faster wins.” Gusto natin palagi ang mabilis. Halimbawa, bahagi sa pagbibigay natin ng rating sa mga online seller sa Lazada at Shopee ang bilis ng pagdating ng parcel.

Hindi nalalayo rito ang paalala sa nobelang *Slowness* ni Milan Kundera. Aniya, “Why has the pleasure of slowness disappeared? Ah, where have they gone, the ambers of yesteryear? Where have they gone, those vagabonds who roam from one mill to another and bed down under the stars? Have they vanished with footpaths, with grasslands and clearings, with nature? There is a Czech proverb that describe their easy indolence by a metaphor:

‘They are gazing at God’s windows.’ A person gazing at God’s windows is not bored; he is happy. In our world, indolence has turned into having nothing to do, which is a completely different thing: a person with nothing to do is frustrated, bored, is constantly searching for the activity he lacks.”

Kaya ang mungkahi ni Cornelio ay huwag magmadali. Aniya, “[T]o pursue a slow lifestyle is a protest against the commodification of time and dehumanization of people.”

Ngunit maraming salik sa pagdama sa saglit. Mas mailap ito para sa mga taong sumasahod ng minimum wage o mas mababa pa, sapagkat ang oras na para sana sa pahinga nila ay nailalaan sa iba pang trabaho, para matugunan ang araw-araw na gastusin. Hindi hamak na mas madaling damhin ang mga saglit kung makatuwiran ang lipunan—makatao ang pasahod, mababa ang presyo ng pangunahing mga pangangailangan, nirerregular ang mga empleyado, at maayos ang batayang serbisyo gaya ng serbisyong pangkalusugan.

Makatuwiran ang lipunang ang bawat isa sa atin ay nabibigyan ng laksang pagkakataong hindi magmadali. Halimbawa ay umindak sa musika tuwing umaga, titigan at samyuin ang mga bulaklak, makipagkumustahan sa pamilya at mga mahal sa búhay, magsulat sa talaarawan, at pakinggan ang himig ng gabi. Sa ganitong lipunan, tao ang turing sa tao.

Kaya, hindi sapat na dinarama ko lamang ang mga saglit. Kailangang makiisa ako para makamit ang isang lipunang hindi pribilehiyo, kundi karapatan, ang turing sa pagdamá sa mga saglit.