

DESPRE ARTA  
FERICIRII

Christophe André

DESPRE ARTA  
FERICIRII

25 de lecții pentru a învăța cum să trăiești fericit

Traducere din franceză de Ana Mihăilescu



*În semn de prietenie și recunoștință  
față de André Comte-Sponville.*

*În memoria lui Aleth și a lui Rémy,  
pentru momentele fericite și nefericite  
petrecute împreună.*

## FERICIREA CA O OPERĂ DE ARTĂ...

„Pictura este o ceremonie care se desfășoară în solitudine“, scria Alain. Oare meseria de psihiatru, atracția pe care o exercită asupra mea ceea ce este lăuntric, tăcerea, mișcările emoțiilor noastre sunt cele care îmi îndreaptă pașii spre pictură? Mi-ar fi greu să răspund la această întrebare, dar îmi doresc să îl inițiez pe cititor în această experiență și în binefacerile ei: să stai în fața unui tablou, să respiri ușor, să privești în tăcere, să lași pictura să-ți vorbească, să-și găsească sălaș în tine, să o primești cu brațele deschise...

În această carte, cele douăzeci și cinci de capodopere sunt întruchipări ale fețelor, formelor și gesturilor fericirii. Douăzeci și cinci de tablouri ne îndeamnă să simțim, să medităm, să reflectăm, iar cele douăzeci și cinci de „lecții“ ne ajută să ne dezvoltăm capacitatea de a fi fericiți.

Unii dintre cei care au pictat fericirea au avut o viață fericită, alții însă au fost adeseori profund nefericiți. Dar toți erau fascinați de ideea de fericire și de *necesitatea* de a fi fericit. Toți erau conștienți, chiar și cei mai senini dintre ei, că fericirea este fugitivă și rară, aparițiile și declinurile sale având un caracter inexorabil.

Căci fericirea este o emoție vie, ea se naște, crește, se dezvoltă, intră în declin și dispăre. Există un ciclu al fericirii, tot așa cum există și un ciclu al zilelor și nopților. Această mișcare naturală va fi firul Ariadnei în călătoria noastră printre capodoperele pe care le-am ales, în care sunt pictate dimineți, prânzuri, crepuscule și nopți de fericire. Și, bineînțeles, eterna renaștere a fericirii...

„MULȚI ZIC:  
«CINE NE VA ARĂTA NOUĂ CELE BUNE?»“

PSALMUL 4, VECHIUL TESTAMENT\*

\* Biblia ortodoxă (N. red.)

11 PRELUDIU  
ENIGMA FERICIRII

## 19 DIMINEAȚA NAȘTEREA FERICIRII

- 20 Puternică și fragilă, așa cum e și viața
- 26 Prima fericire
- 34 Fericirea copilăriei
- 42 Fericirea cotidianului

## 53 LA PRÂNȚ PLENITUDINEA FERICIRII

- 54 Ca o forță care merge înainte
- 62 Ce-ți trebuie ca să fii fericit?
- 70 Inteligența fericirii
- 78 Suflul iubirii
- 86 Fericirea viețuiește în relație
- 94 Fericirea dincolo de sine

## 103 SEARA CREPUSCULUL FERICIRII

- 104 Melancolia fericirii care se sfârșește
- 110 În fiecare fericire există o parte de umbră...
- 122 Tentația spleenului
- 132 Intrarea în iarna fericirii

## 141 NOAPTEA FERICIREA DISPĂRUTĂ

- 142 Noaptea neagră a sufletului
- 150 Incandescența și solitudinea durerii
- 158 Stele în noapte
- 166 Motive pentru a lupta

## 175 ÎN ZORI ÎNTOARCEREA FERICIRII

- 176 O fericire tot mai intensă
- 182 Fericirea regăsită
- 190 Fericirea este o istorie îndelungată
- 198 Înțelepciunea fericirii
- 208 O eternitate de fericire

## 215 ZBOR PE ARIPILE VÂNTULUI NĂVALNIC AL LUMII...

PRELUDIU  
ENIGMA FERICIRII

# F

ericirea... o căutăm de atâta timp, încât uneori ne îndoim până și de existența ei sau de rostul acestei căutări. Și atunci revenim la viața noastră obișnuită, care nu este nici pe deplin tristă, nici pe deplin fericită. Până când, din nou, intuiția că ea există iese biruitoare din lupta cu cotidianul, ca o problemă pe care trebuie să o rezolvăm, ca un mister care se cere imperios elucidat.

Dacă vorbim despre geograful din tabloul lui Vermeer, acesta încearcă să rezolve o taină de cu totul altă natură. Poate că e vorba despre enigma Paradisului...

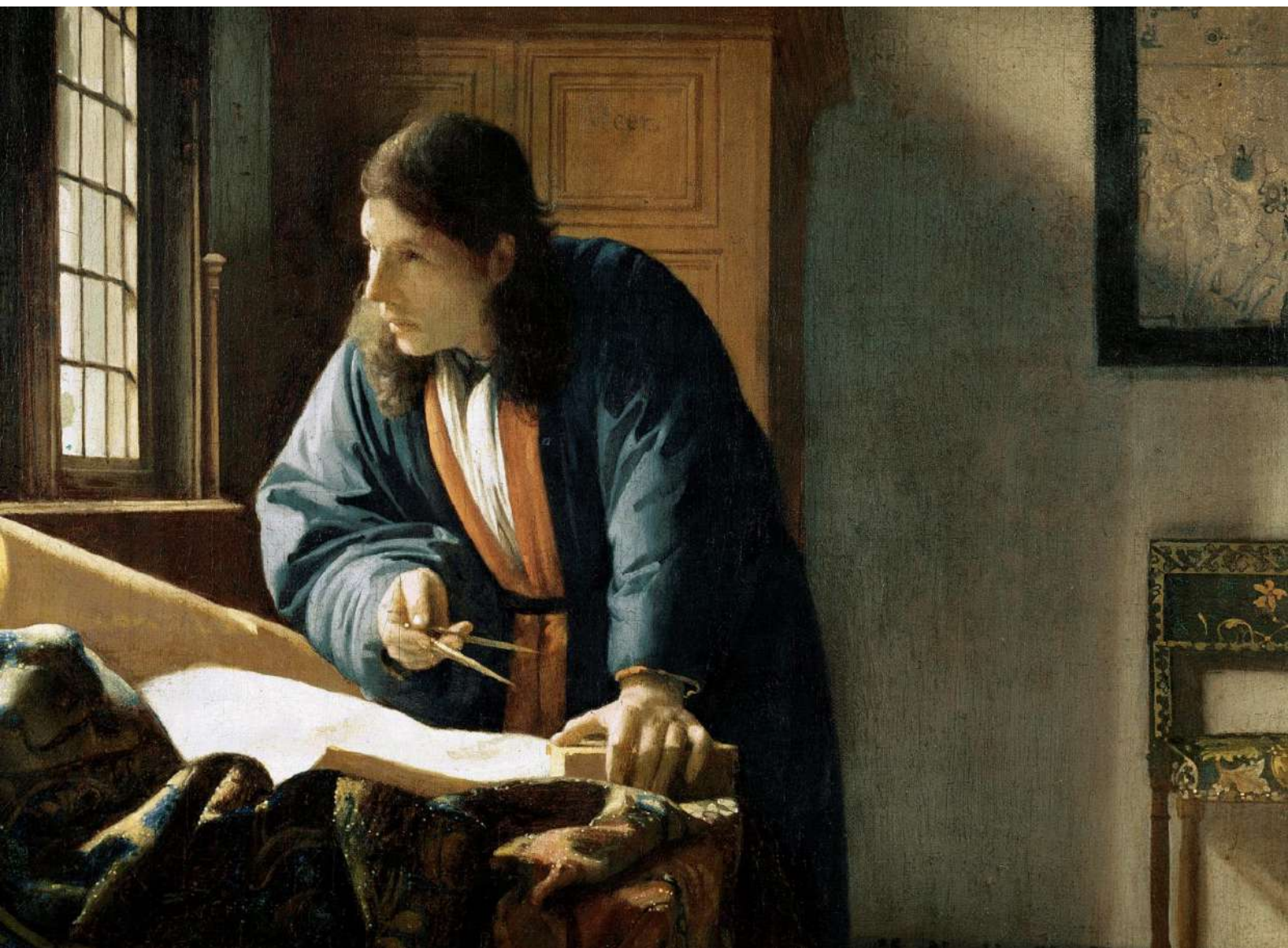
#### „Geograful”

Johannes Vermeer (1632–1675)  
1668, ulei pe pânză, 52 x 45,5 cm,  
Stadelsches Kunstinstitut, Frankfurt pe Main

În perioada în care Vermeer a pictat acest tablou, istoria științei a fost bulversată de o schimbare profundă: până atunci, cercetările asupra originii stelelor, a Pământului și a vieții erau considerate ca fiind contrare planului divin — doar cu 30 de ani înainte, Galileo Galilei fusese condamnat pentru descoperirile sale și obligat să renege, în

genunchi, mișcarea de rotație a Pământului în jurul Soarelui. În secolul al XVII-lea, aceeași „curiositas” științifică nu mai este pusă sub interdicție de autoritățile religioase și nici discreditată de umaniștii conservatori. În zilele noastre, cercetările științifice referitoare la fericire sunt cele care declanșează uneori iroria unor clerici. Ironie neînțemeiată și înșelătoare. Ca și cum cunoașterea formulei chimice a parfumului de trandafiri l-ar face mai puțin plăcut mitositor sau mai puțin romantic...







Până în secolul al XVII-lea, credința într-o posibilă localizare terestră a acestuia încă îi mai bântuia pe mulți și existau o grămadă de speculații cu privire la locul cel mai plauzibil: Orient, America de Sud... Deși ne despart atât de multe secole, dorința geografului de a descifra acest mister ne apropie. Închis în camera sa de lucru, se străduiește să pună în ordine harta lumii. La fel facem și noi, reflectăm asupra fericirii pornind de la experiențele noastre intime.

Într-adevăr, dintotdeauna căutăm fericirea. Acum mai mult de două mii de ani, acesta a fost obiectul principal al preocupărilor filosofilor: eudemonismul (*eudaimonismos*, în limba greacă), fericirea. Ținta acestei discipline era de a-i ajuta pe oameni să aibă o viață fericită. Au trecut deja câțiva ani de când oamenii de știință sunt pasionați și ei de această emoție, căreia îi atribuie însă un termen mai puțin poetic: „bunăstare subiectivă”. După părerea lor, ea ar fi înzestrată cu toate virtuțile: crește longevitatea, ameliorează starea de sănătate, ba chiar ne face mai generoși...

Și artiștii au vorbit despre fericire și umbra ei de nedespărțit — nefericirea: mulți poeți, scriitori și muzicieni au reușit să creeze opere de artă capabile să ne smulgă lacrimi sau să ne facă să ne simțim fără griji, încrezători și fericiți. Și mai subtili, pictorii au știut să ne tulbure, să modifice felul în care suntem obișnuiți să privim realitatea, să surprindă momentele de fericire și nefericire. Pictura ne poate ajuta să descifrăm misterul fericirii, poate să ne fie un ghid, el însuși enigmatic, care nu ne va vorbi decât prin imagini și metafore, dincolo de cuvinte și rațiune.

Și geograful nostru își dorește să dezlege misterul unei enigme. E mult timp de când reflectează la această problemă, calculează, descoperă, își schimbă părerea, își dă seama că a pornit pe o cale greșită... Dar acum și-a ridicat capul și s-a întors spre lumină, iar privirea lui se îndreaptă spre fereastra din stânga, ca în toate tablourile lui Vermeer. A reflectat suficient. Are sentimentul că știința, munca și inteligența nu sunt suficiente pentru a pune capăt acestei căutări neostoită. Înțelege acum că trebuie să asculte și glasul intuiției, poate chiar și al emoției. Înțelege că răspunsul la întrebarea care îl frământă nu este în afara lui, în hărțile, globurile pământeste și compasurile din jurul său, ci în el însuși. În acest moment al istoriei, când oamenii nu mai cred că Paradisul este aici, pe Pământ, sau sus, în cer, geograful lui Vermeer simte, în mod confuz, că acest Paradis, pe care îl caută zadarnic, este chiar înlăuntrul lui...

„SĂ NU-I IEI PE ALȚII ÎN ZEFLEMEA,  
SĂ NU PLĂNGI,  
SĂ NU URĂȘTI,  
CI SĂ ÎNȚELEGI.”

SPINOZA