

Un ghid care îți deschide ochii asupra sensului vieții.

PUBLISHERS WEEKLY

Emily Esfahani  
Smith

# Puterea semnificației

CLĂDEȘTE-ȚI O VIAȚĂ CARE  
MERITĂ TRĂITĂ



## CAPITOLUL 1

### O criză a semnificației

Într-o zi de toamnă a anului 1930, istoricul și filosoful Will Durant<sup>1</sup> strângea frunzele cu o greblă în curtea locuinței sale din Lake Hill, New York, când un bărbat bine îmbrăcat s-a oprit în dreptul său. Omul i-a spus lui Durant că plănuia să-și pună capăt zilelor în cazul în care renumitul filosof nu avea să-i dea „un motiv întemeiat“ pentru care să trăiască.

Șocat, Durant a încercat să-i răspundă omului într-un fel care să-i aducă alinare – dar cuvintele sale s-au dovedit neinspirate: „L-am sfătuit să-și caute un loc de muncă – dar avea deja unul; să se bucure de o masă savuroasă – dar nu-i era foame; a plecat vădit neimpressionat de argumentele mele.“

Durant, un autor și intelectual care a încetat din viață în 1981, la vârsta de 96 de ani, este faimos în mod special pentru cărțile sale care au adus în atenția publicului subiecte din domeniile filosofiei și istoriei. *The Story of Philosophy*, publicată în 1926, a devenit un bestseller, iar opera sa în mai multe volume *The Story of Civilization*, la care a lucrat patruzeci de ani și la care soția sa, Ariel Durant, a fost coautor, a fost încununată de apreciere:

al zecelea volum, intitulat *Rousseau and Revolution*, a primit Premiul Pulitzer. În timpul vieții sale, Durant a fost un gânditor cu un spectru larg de preocupări. A scris în mod extensiv despre subiecte din literatură, religie și politică, iar în anul 1977, în semn de recunoaștere pentru activitatea sa prodigioasă, a primit una dintre cele mai înalte distincții acordate de guvernul SUA unui civil, Medalia Prezidențială a Libertății.

Durant a fost educat în spiritul religios al catolicismului, a urmat cursurile unei universități iezuite și avea de gând să îmbrace haina preoțească. Dar, în timpul studiilor la colegiu, a devenit ateu după ce a citit operele lui Charles Darwin și Herbert Spencer, ale căror idei îi „topeau teologia moștenită“. Timp de mulți ani după ce și-a pierdut credința religioasă, a cugetat asupra întrebării legate de sensul vieții, dar niciodată nu a găsit un răspuns satisfăcător. Fiind un agnostic și un filosof înzestrat cu o minte care căuta dovezi empirice, Durant a ajuns ulterior să înțeleagă că nu știa cu certitudine care e acel lucru care le dă oamenilor un motiv pentru a continua să trăiască, chiar și atunci când sunt deznădăjduiți. Acest înțelept al vremurilor sale nu a reușit să-i ofere un răspuns convingător aceluia om care venise la el cu intenții sinucigașe, în 1930 – la un an după prăbușirea bursei de valori, moment care a însemnat începutul Marii Crize Economice.

Astfel că Durant a hotărât să compună o scrisoare adresată unor minți luminate din literatură, filosofie și științe din vremea sa, începând de la Mahatma Gandhi și Mary E. Wooley până la Mencken și Edwin Arlington Robinson, pentru a le întreba cum aflau semnificația și

împlinirea în viață în timpul acelei perioade frământate din istorie. „Aveți amabilitatea de a vă întrerupe lucrul pentru o clipă“, își începea Durant scrisoarea, „și de a juca jocul filosofiei împreună cu mine? Îmi propun să vă adresez o întrebare, pe care generația noastră, probabil mai mult decât oricare alta, pare să fie gata să o ridice neîncetat, fără a fi capabilă vreodată să-i răspundă – Care este sensul vieții omului, sau de ce merită ea să fie trăită?“. El a adunat răspunsurile primite într-o carte intitulată *On the Meaning of Life*, care a fost publicată în 1932.

Scrisoarea lui Durant explorează motivele pentru care numeroși contemporani aveau sentimentul că trăiesc un gol existențial. La urma urmelor, timp de mii de ani, ființele umane au crezut în existența unui tărâm transcendent și supranatural, populat de zeități și spirite, care se află undeva deasupra lumii senzoriale a experiențelor cotidiene. Ele simțeau în mod regulat prezența acestui tărâm spiritual, care le insufla sentimentul unui sens în lumea obișnuită. Însă, după cum argumenta Durant, filosofia și știința modernă au demonstrat că credința într-o asemenea lume – o lume care nu e palpabilă și perceptibilă cu ochiul liber – este naivă, în cel mai fericit caz, și superstițioasă, în cel mai rău caz. Aceasta a condus la răspândirea sentimentului de deziluzie.

În scrisoarea sa, el explică de ce pierderea acestor surse tradiționale de înțelegere a sensului este atât de gravă. „Astronomii ne-au spus că existențele umane nu reprezintă decât o clipă din traiectoria unei stele“, scrie Durant; „geologii ne-au spus că civilizația nu este decât un interludiu efemer între erele glaciare; biologii ne-au

spus că orice formă de viață este un război, o luptă pentru existență între indivizi, grupuri de indivizi, națiuni, alianțe și specii; istoricii ne-au spus că «progresul» nu este decât o iluzie, a cărei glorie ia în mod inevitabil sfârșit în decadere; psihologii ne-au spus că voința și sinele sunt instrumente lipsite de apărare ale eredității și mediului și că sufletul, altădată de esență spirituală, nu este acum mai mult decât o incandescență efemeră a creierului“. În acest timp, filosofii, cu accentul pe raționament pentru a găsi calea către adevăr, au judecat în propriul lor mod faptul că viața este lipsită de sens: „În această perspectivă globală care este filosofia, viața pe Pământ a devenit un furnicar uman, o eczemă planetară care ar putea fi vindecată curând.“

În cartea sa, Durant relatează bine-cunoscuta poveste a polițistului care a încercat să-l împiedice pe un bărbat cu gânduri sinucigașe să sară de pe un pod. Mai întâi cei doi au discutat, apoi au sărit amândoi în gol de la înălțime. „În acest punct critic ne-au condus știința și filosofia“, spune Durant. Când le-a scris acelor minți strălucite ale epocii, el căuta un răspuns la nihilismul vremurilor sale – un răspuns potrivit pentru străinul deznădăjduit care îl lăsase fără argumente. Durant le solicita acestor personalități un răspuns la întrebarea „ce anume face ca viața să merite să fie trăită?“ – ce îi motiva pe acești oameni să meargă mai departe, ce îi inspira și le dădea forța, speranța și consolarea.



Astăzi, întrebările lui Durant sunt mai importante decât oricând. Deznădejdea și nefericirea nu sunt doar din ce în ce mai des întâlnite; ele au devenit epidemice.

Începând din 1960, în Statele Unite ale Americii a crescut în mod alarmant numărul indivizilor care suferă de depresie<sup>2</sup>, iar între 1988 și 2008, recurgerea la antidepresive a crescut cu 400%<sup>3</sup>. Aceste cifre nu pot fi atribuite doar creșterii accesului la îngrijirea sănătății mintale. Conform Organizației Mondiale a Sănătății<sup>4</sup>, după cel de-Al Doilea Război Mondial, numărul cazurilor de suicid la nivel global a crescut brusc cu 60%. Populațiile din unele țări au fost foarte vulnerabile. În Statele Unite, incidența cazurilor de suicid în rândul tinerilor<sup>5</sup> cu vârstele cuprinse între 15 și 24 de ani s-a triplat în ultima jumătate a secolului al XX-lea. În anul 2016, rata suicidului a atins punctul maxim din ultimii treizeci de ani, iar printre adulții de vârstă mijlocie, ea a crescut cu peste 40% începând cu anul 1999<sup>6</sup>. În fiecare an, patruzeci de mii de americani<sup>7</sup> își pun capăt zilelor, iar în întreaga lume această cifră se apropie de un milion<sup>8</sup>.

Ce se întâmplă, de fapt?

Un studiu realizat în 2014 de cercetătorii Shigehiro Oishi, de la Universitatea din Virginia, și Ed Diener, din partea organizației Gallup, oferă un posibil răspuns la această întrebare.<sup>9</sup> În ciuda anvergurii sale, incluzând un număr de aproape 140 000 de persoane din 132 de țări, studiul a fost, totodată, cât se poate de simplu. În urmă cu câțiva ani, cercetători de la Gallup le-au adresat respondenților întrebarea dacă erau mulțumiți de viața lor și dacă ei considerau că existența lor avea un scop important sau un sens. Oishi și Diener au analizat datele furnizate de fiecare țară în parte, corelând nivelurile raportate ale gradului de fericire și percepție a sensului vieții cu diverse variabile, precum averea, frecvența suicidului și alți factori sociali.

Rezultatele la care au ajuns au fost surprinzătoare. Persoanele din regiuni mai bogate ale lumii, precum Scandinavia, au relatat că sunt mai fericite în comparație cu cele din regiuni mai sărace, precum Africa Subsahariană. Dar când a fost vorba despre sensul în viață, lucrurile stăteau cu totul altfel. Locuri bogate din lume, precum Franța și Hong Kong, raportau unele dintre cele mai scăzute niveluri ale sensului, în vreme ce unele națiuni sărace, respectiv Togo și Niger, înregistrau niveluri foarte ridicate, chiar dacă locuitorii acelor țări erau printre cei mai nefericiți, conform aceluiași studiu. Una dintre cele mai neașteptate constatări ale studiului respectiv se referea la frecvența suicidului. S-a constatat că națiuni mai bogate înregistrau procente mai ridicate ale suicidului în comparație cu cele mai sărace. De exemplu, în Japonia<sup>10</sup>, care avea un PIB pe cap de locuitor de 34000 de dolari, suicidul era de două ori mai frecvent decât în Sierra Leone, unde PIB-ul pe cap de locuitor era de 400 de dolari. Datele păreau să nu aibă nicio logică. Persoanele din țări mai bogate sunt de obicei mai fericite, iar condițiile lor de trai sunt practic rupte din rai în comparație cu locuri precum Sierra Leone, țară răvășită de boli endemice, o sărăcie lucie și moștenirea unui război civil devastator. Atunci, ce motiv ar putea avea acești oameni să-și pună capăt zilelor?

Relația stranie dintre fericire și suicid a fost confirmată și de rezultatele altor studii.<sup>11</sup> Unele țări cu o stare pronunțată de fericire, precum Danemarca și Finlanda, înregistrează, la rândul lor, o frecvență mare a cazurilor de suicid. Unii cercetători din sfera științelor sociale consideră că asta se datorează faptului că e deosebit de

stresant să fii nefericit într-o țară în care foarte mulți alții sunt fericiți – în timp ce alți cercetători sugerează că cifrele care indică nivelurile de fericire ale acestor țări sunt umflate deoarece cei mai nefericiți oameni se autoizolează de restul populației.

Dar studiul lui Oishi și Diener sugerează și o altă posibilă explicație. Când au pus cap la cap cifrele de care dispuneau, ei au constatat ceva neașteptat: fericirea și nefericirea nu erau factori predictivi ai suicidului. Însă variabila care prezicea actul sinuciderii era sensul în viață – sau, mai exact, lipsa acestuia. Țările care înregistrează cele mai scăzute procente ale sensului în viață, precum Japonia, aveau și cele mai ridicate procente ale cazurilor de suicid.

Problema cu care se confruntau cele mai multe dintre aceste persoane era aceeași cu a bărbatului cu intenții sinucigașe din urmă cu mai bine de optzeci de ani care îi cerea lui Durant un motiv pentru a continua să mai trăiască. Cu toate că în general avea condiții bune de viață, credea că viața nu merită să fie trăită. Astăzi există milioane de oameni care-i împărtășesc această convingere. Patru din zece americani nu au descoperit un scop în viață care să le aducă mulțumirea.<sup>12</sup> Și aproape un sfert dintre americani – aproximativ o sută de milioane – nu au un sentiment puternic legat de ce anume face ca viața lor să fie una plină de sens.

În mod evident, soluția la această problemă nu este ca Statele Unite ale Americii să ajungă să semene mai mult cu Sierra Leone. Modernitatea, chiar dacă poate secătui viața de sens, are totuși avantajele sale. Dar cum își pot găsi împlinirea în viață indivizii care trăiesc în societăți



moderne? Dacă nu vom crea o punte peste abisul ce desparte un trai plin de sens de traiul modern, vom continua să rătăcim la voia întâmplării, iar prețul plătit va fi considerabil. La un moment dat, Huston Smith, cercetător din domeniul religiilor, scria: „La un moment dat fiecare om constată singur că își pune întrebarea dacă viața merită trăită, întrebare care, atunci când acel om dă de greu, conduce la o alta: dacă există vreun sens în a continua să trăiască. Cei care ajung la concluzia că acel sens nu există, dacă nu renunță brusc la propria lor existență prin suicid, o vor face treptat, cedând zilnic în fața nefericirii care îi devorează mulți ani”<sup>13</sup> – cu alte cuvinte, capitulând în fața depresiei, uzurii morale și deznădejzii.



Așa stăteau lucrurile și în cazul faimosului scriitor rus Lev Tolstoi.<sup>14</sup> În anii 1870, în preajma vârstei de cincizeci de ani, Tolstoi căzuse pradă unei depresii existențiale atât de severe și de istovitoare, încât era cuprins de o permanentă dorință de a-și pune capăt zilelor. Conform propriei concluzii, viața sa era complet lipsită de orice sens, iar acest gând îl umplea de groază.

Pentru cineva care privește din exterior, depresia romancierului ar fi putut părea stranie. Tolstoi, un aristocrat, avea tot ce își dorea: era bogat; se bucura de faimă; era căsătorit și avea mai mulți copii; iar cele două capodopere literare ale sale, *Război și pace* și *Anna Karenina*, fuseseră publicate și întâmpinate cu un val de entuziasm în 1869, respectiv 1878. Recunoscut pe plan internațional drept unul dintre cei mai mari romancieri ai timpului său, Tolstoi știa că operele lui vor ajunge

să fie ridicate la rangul de capodopere ale literaturii universale.

Cei mai mulți semeni s-ar mulțumi cu mult mai puțin. Dar odată ajuns la apogeul faimei sale, Tolstoi a conchis că aceste realizări nu erau decât capcanele unei vieți lipsite de sens – ceea ce înseamnă că pentru el nu valorau nimic.

În 1879, deznădăjduitul Tolstoi începea să scrie cartea *Spovedanie*, o explicație autobiografică a crizei sale spirituale. El își începe spovedania povestind cum, pe vremea când era student la universitate și apoi ca soldat, dusese o viață depravată. „Minciună, hoție, promiscuitate de toate genurile, beție, violență, crimă – nu a existat vreun păcat pe care să nu îl fi comis“, scrie el, probabil exagerând puțin<sup>15</sup>, „chiar dacă, în ciuda tuturor acestor lucruri, eram lăudat, iar colegii mei mă considerau și încă mă mai consideră un om relativ moral“. Exact în această perioadă din viața sa a început să scrie Tolstoi, fiind motivat, așa cum pretinde el, de „frivolitate, egocentrism și mândrie“ – dorința de a dobândi faimă și bani.

Curând a fost atras de cercurile literare și intelectuale din Rusia și din Europa, care construiseră un templu secular în jurul ideii de progres. Tolstoi a devenit unul dintre susținători. Dar, la scurt timp, două experiențe dramatice i-au dezvăluit zădărnicia credinței în perfecțiabilitatea omului și a societății. Prima a fost când a asistat la execuția prin ghilotinare a unui bărbat în Paris, în 1857. „Când am văzut cum i-a fost retezat capul și am auzit bufnitura fiecărei părți din trupul inert căzând în cutia de dedesubt am înțeles nu cu mintea, ci cu întreaga

mea ființă, că nicio teorie despre rațiunea existenței sau a progresului nu ar putea justifica un asemenea act“, scrie el. Cea de-a doua a fost moartea absurdă a fratelui său, Nikolai, bolnav de tuberculoză. „A suferit mai mult de un an și a sfârșit după o îndelungă agonie, fără să fi înțeles vreodată de ce a trăit și nici măcar de ce a murit.“

Aceste evenimente l-au tulburat pe Tolstoi, dar nu l-au zdruncinat definitiv. În 1862, s-a căsătorit, iar viața de familie i-a abătut atenția de la îndoielile existențiale. La fel și romanul *Război și pace*, pe care a început să-l scrie la scurt timp după căsătorie.

Tolstoi fusese întotdeauna preocupat de întrebarea ce anume conferă sens vieții, temă care răzbate din scrierile sale. Personajul Levin, care este considerat a fi reprezentarea autobiografică a lui Tolstoi, se luptă cu problema descoperirii adevăratului sens în viață în romanul *Anna Karenina*. În cele din urmă, el ajunge la concluzia că viața sa nu este lipsită de sens: „Viața mea însă, toată viața mea – indiferent de ceea ce s-ar putea întâmpla cu mine –, fiecare clipă a vieții acesteia, nu numai că nu mai este lipsită de sens ca mai înainte, dar are un netăgăduit rost al binelui pe care sunt stăpân să-l dau vieții.“\*

Dar la scurt timp după finalizarea romanului *Anna Karenina*, Tolstoi aborda o perspectivă mai sumbră. Problema sensului în viață arunca o umbră peste tot ceea ce făcea. O voce interioară începea să-i pună întrebări – de ce? De ce mă aflu aici? Care este scopul tuturor

---

\* L.N. Tolstoi, *Anna Karenina*, Editura Minerva, București, 1972, vol. 4, p. 221. (N. red.)