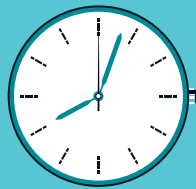


Un remediu fantastic împotriva grijilor cotidiene
și a gândurilor noastre neiertătoare.

ELLE

**TREI
MINUTE**
*DE
FILOZOFIE*



**FABRICE
MIDAL**



Orwell nu ne cere doar să recunoaștem că perfecțiunea nu aparține acestei lumi, ci să înțelegem că, pornind în căutarea ei, ne întoarcem cu spatele către tot ceea ce presupune să fi om.

Derutantă afirmație. De secole întregi, fiecare curent de gândire ne îndeamnă să căutăm o stare de perfecțiune... prin care înțelegem un soi de detașare sau de suveranitate a rațiunii proclamată asupra întregii noastre ființe. Și din această cauză trăim mereu cu regretul că nu putem fi un pic mai aproape de perfecțiune! Avem impresia că, dacă am fi, am deveni și mai fericiți! Dar ne înșelăm.

O situație concretă: în timpul cinei,
ai fost ușor agresiv față de cumnatul tău

Îți dai seama că i-ai spus niște lucruri deplasate, chiar aspre, unei persoane pe care, cu toate acestea, o agreezi. Spre exemplu, în timpul unei mese în familie, i-ai tras un perdaf cumnatului tău, care este un om încântător. Erai,

de fapt, pur și simplu ofensat de faptul că el nu îți împărtășește viziunile politice.

Acum îți pare rău. Excelent! Ești pe cale să înțelegi natura profundă a propriei existențe. În loc să îți reproșezi iar și iar faptul că nu te încadrezi în tiparul tău de perfecțiune, acela în care ești mereu cinstit, corect, te adâncești cu sinceritate în inima ta. Iar acest lucru îți va da voie să te privești cu multă blândețe.

Da, ești neîndemânatic uneori, alteori inadapdat și câteodată nițel cam prost. Știi ce anume îl face pe orice scriitor să fie important? Capacitatea sa de a ne arăta tot ceea ce este meschin și mediocru în fiecare dintre noi. În asta constă geniul unor autori precum Dostoievski ori Proust. Ei ne arată toate dedesubturile minciunilor, lașităților și geloziiilor noastre...

Și nu fac asta din cruzime ori din disperare, ci ca să cuprindă substraturile realității existenței noastre. Iar acest lucru ne aduce alinare – faptul că putem, în sfârșit, să înțelegem complexitatea și frumusețea propriilor vieți.

Scriitorii mai slabi se opresc la suprafața sentimentelor. Ba mai mult, uneori ne și sufocă prin promisiuni deșarte de fericire. În ciuda a ce s-ar putea crede, marii autori sunt animați de o nesfârșită sensibilitate, care le permite să vadă omul sub toate aspectele lui, aspecte la care scriitorii mărunți pur și simplu nu au acces. Căci, în fond, le este frică de adevărata viață. Le este frică de inima lor.

Meditație despre o vază japoneză ușor ciobită

Dar cum să facem pace cu imperfecțiunile noastre? Gândește-te la o persoană pe care o iubești. Gândește-te la defectele ei, la dezamăgirile ei. Raportează-te la ele nu ca la niște piedici în existența acelei persoane, ci ca la niște elemente care îi dau farmec.

Ca să fiu mai bine înțeles, gândește-te la marii maeștri olari japonezi. Cum terminau un vas, obișnuiau să îi adauge un defect – nu ca să îl strice ori ca să îl păteze, ci ca să sublinieze fragilitatea și modestia.

Când luăm seama la propriile imperfecțiuni, devenim mai toleranți și mai grijulii față de ceilalți.

Noi obișnuim să credem că după iarnă vine primăvara, că după tristețe urmează bucuria, că după furtună vine vremea bună. Dacă acum îți merge rău, nu te îngrijora, pentru că, într-o bună zi, totul va fi mai bine. Asta ne învață înțelepciunea populară. Cu alte cuvinte, ar trebui să învățăm să putem relativiza orice. Ei bine, nu mi se pare deloc suficient.

Invitația lui Camus ne prezintă o cu totul altă perspectivă: să învățăm să recunoaștem, chiar în miezul gerului iernii, în miezul a ceva ce pare înghețat, lipsit de viață, apariția strălucitoare a verii. Rareori vorbim despre această posibilitate: a descoperi că nu există evenimente fericite ori nefericite în formă pură, ci că fiecare moment al vieții noastre este o dimensiune mai profundă a lucrurilor. Despre asta ne vorbește marea literatură.

O situație concretă: tocmai ai pierdut pe cineva apropiat

Am trecut prin această experiență în momentul morții bunicii mele, pe care o iubeam nespus. Era vorba, deci, despre o femeie în vârstă. Știam că se apropie sfârșitul și, într-o bună dimineață, m-a sunat mătușa mea ca să îmi dea vestea că bunica își trăia ultimele clipe.

Am ajuns la spital, unde se adunase toată familia, vorbind în șoaptă pe coridor. Situația era apăsătoare. De fiecare dată când un membru al familiei intra în cameră, o făcea cu o mină sumbră și ieșea de acolo zdrobit.

Când mi-a venit rândul, am intrat și eu în salon, cuprins de neliniște. Mi-a luat ceva până să mă așez și să rămân acolo, cu bunica. Spre marea mea surprindere, ceea ce am simțit în întâlnirea cu ea a fost bunătatea ei, pe care mi-o acordase toată copilăria. Am rămas în salon întreaga zi, scăldat într-o pace adâncă și totodată tulburătoare, cu sentimentul că eu eram cel care o susține în încercarea prin care trece.

Firește, eram foarte trist la gândul că bunica avea să moară, dar simțeam, în mijlocul acelei ierni, toată frumusețea, toată căldura iubirii cu care ea nu încetase să mă învăluie. Simțeam că iubirea aceea se profilează cu o intensitate pătrunzătoare.

Acela a fost unul dintre cele mai importante momente din viața mea. Mi-a dat o putere și o încredere care dăinuie în mine până în ziua de astăzi.

Meditație pentru aflarea prietenului tainic din tine însuși

Dar cum să faci o asemenea descoperire în viața de zi cu zi? Ideea nu este doar să găsești o rază de soare în mijlocul iernii, ci să descoperi o vară eternă, pe care să nu o mai pierzi niciodată. O vară care, chiar dacă nu va putea să ascundă ori să înlocuiască iarna, să rămână acolo, înăuntrul tău.

Ea e asemenea unui prieten drag, un prieten uitat, căruia i-ai închis cândva, demult, ușa. Acel prieten uitat locuiește în ființa ta, în inima ta, în pieptul tău, în fiecare celulă a corpului. E plămădit din amintirea a tot ce ai învățat pe drumul vieții. Este dragostea pe care ți-a dăruit-o bunica ta sau oricine altcineva.

Acestui prieten uitat îi poți întinde cu duioșie mâna, spunându-i: „M-am întors la tine, cel pe care l-am neglijat, tu ești primul meu aliat, vreau să fim din nou prieteni, să fac pace cu tine și să mă încred în tine.“ Mă încred în tine cu toată inima. Mă împac cu această parte din mine care este mai presus de propriile puteri.

Cum poate fi deschis ceea ce este închis? Cum poate prinde viață ceva ce pare mort? Către o descoperire de acest fel ne momește Paul Celan, unul dintre cei mai efervescenți poeți ai secolului al XX-lea.

Această promisiune pare extraordinară, însă nerealistă. Imaginează-ți o piatră. E solidă, dură, nemișcată, complet incapabilă să înflorească. Nu suntem aici oare în fața unui exemplu flagrant de poezie care spune lucruri frumoase, ce-i drept, dar nu tocmai posibile? Totuși, să nu ne pripim. Paul Celan ne propune o experiență atât de profundă, încât ne cere un dram de atenție în plus.

O situație obișnuită: nu reușești să adormi

Ca să o înțelegi, gândește-te la somn. Ți s-a întâmplat vreodată să nu reușești să adormi? Ai avut cândva vreo insomnie? Dacă ai trăit asta deja, atunci știi prea bine că simplul fapt de a-ți *dori* să adormi nu este suficient. Ba mai mult, cu cât vrei mai tare să adormi, cu atât mai puțin reușești să o faci.

Ai, prin urmare, impresia că ești ca un soi de piatră pe care nimic nu o poate face să înflorească. Ca să te cuprindă somnul, este important să te încrezi în propriul corp. El nu vrea decât să doarmă, voința ta este cea care îl împiedică să o facă. Iată cheia!

Te înșeli însă dacă îți imaginezi că ai nevoie de un surplus de voință în acest caz! Dacă ești neliniștit, trebuie să faci ceva ca să nu mai fii. Dacă ai o dependență anume, o doză de voință te poate ajuta să o birui. Dacă suferi de tendința de a amâna, ești tentat să crezi că îți lipsește voința. Aceasta este o idee complet greșită.

Și tocmai fiindcă știa asta, Paul Celan ne îndemna spre o *reconciliere* cu viața cuprinsă acolo, în miezul tare al durerilor noastre, și care dăinuie în noi tainic, neștiută de nimeni. Această descoperire este valabilă în numeroase alte situații.

Multă vreme, Cézanne a pictat într-un stil tare greoi, stângaci. Peste ani, avea să numească acea perioadă a creației lui „perioada picturii cu curu”. Apoi, într-o bună zi, piatra a înflorit. Cézanne s-a lăsat pur și simplu în seama picturii.

Vine o vreme când piatra face imposibilul. Vine o vreme când viața trebuie să se întoarcă acolo unde s-a oprit. Vine o vreme când lucrurile închise sunt eliberate în sfârșit. Iar asta cere răbdare și încredere.

Meditație asupra încrederii

Vrei și tu să faci asta? Este simplu de tot. Acceptă pentru o clipă că nu mai știi nimic. Că nu mai faci nicio alegere. Acceptă să rămâi acolo unde te afli.

Acceptarea e un lucru nu foarte luat în seamă. Ea presupune să lași efectiv viața să își urmeze cursul, să vină către tine – ca atunci când te-ai tăiat și tot ce ai de făcut este să aștepți ca rana să se cicatrizeze. Asta este încrederea. În prima fază, poate părea un gest absurd.

Ca să descoperi acest atu care constă în a avea încredere într-un lucru de care nu poți fi întru totul sigur, trebuie mai întâi să încerci. Dacă eu am încredere în ceea ce-mi spui, este tocmai fiindcă nu am nicio certitudine. Iar aici rezidă întreaga frumusețe a vieții.

Tatăl filozofiei binelui rupe din nou gura târgului! Cartea lui este o invitație la descifrarea a patruzeci de citate pline de inspirație, care le aparțin unor gânditori, prozatori, pictori și poeți a căror încurajare pentru cititori este să gândească. Diferit.

L'EXPRESS

Să gândești filozofic nu înseamnă să ai un răspuns pentru toate și nici cunoștințe complexe, ci să fii cuprins de nevoia extraordinară de a reflecta la ce este important acum, în acest moment, pentru tine.

FABRICE MIDAL

Cu ajutorul a patruzeci de citate din operele unor gânditori, artiști și filozofi, Midal ne propune să facem față dificultăților de zi cu zi, îndrăznind să accesăm câteva experiențe originale și mai la îndemână decât am fi crezut.

PSYCHOLOGIES

Trăiască filozofia care ne face să ne simțim mai bine!

GRAZIA

