

Cuprins

<i>Prefață</i> de Héctor García	7
Magia imperfecțiunii	13
Cele trei dimensiuni ale <i>wabi sabi</i>	19
I. FILOZOFIA WABI SABI	
1. Originile conceptului	29
2. Zen și <i>wabi sabi</i>	35
3. Dincolo de exigență	47
4. Lecții ale naturii	55
II. ARTA WABI SABI	
1. Fundamentele <i>wabi sabi</i> în artele japoneze	65
2. Frumusețea melancoliei	77
3. De la rigiditate la spontaneitate	85
4. <i>Wabi sabi</i> și creativitatea	93
III. WABI SABI CA MOD DE VIAȚĂ	
1. Imperfecțiunea, cale spre excelență	107
2. <i>Wabi sabi</i> și reziliența	115
3. Să-ți faci timp	125
4. Școala minimalistă	135
5. Spiritualitate <i>wabi sabi</i>	149
Epilog. Fii cea mai bună persoană imperfectă posibilă.	155
Bibliografie	157

Prefață

Îmi amintesc foarte clar când am auzit prima dată expresia *wabi sabi*. Se întâmpla acum cincisprezece ani la o emisiune TV din Japonia la care am participat în direct. Eram foarte emoționat la începutul interviului, însă mai apoi am văzut că sunt capabil să înțeleg întrebările și să răspund, în ciuda faptului că nu cunoșteam prea bine limba.

La un moment dat, prezentatorul m-a întrebat:

— Ce părere ai despre *wabi sabi*?

Habar nu aveam ce este *wabi sabi*, și mă aflu în direct la o emisiune televizată! Nu puteam să scot telefonul din buzunar și să caut. După o pauză scurtă și stânjenitoare, am dat un răspuns care nu avea nici o legătură cu subiectul. Era evident că nu înțelesesem întrebarea.

După acea experiență rușinoasă, am început să mă documentez în legătură cu *wabi sabi* și cu arta japoneză în general, aventură care continuă și astăzi. Fără îndoială, *wabi sabi* este unul dintre cele mai bune lucruri pe care le-am învățat din cultura japoneză, influențându-mi decisiv atât modul în care văd astăzi lumea, cât și felul meu de-a fi.

În urma aceluia fiasco i-am întrebat pe toți prietenii mei japonezi, pe colegii de serviciu, pe prietena mea: „Ce înseamnă *wabi sabi* pentru tine?” sau „Ce părere ai despre *wabi sabi*?”.

Cu timpul mi-am dat seama că, deși nu existau două răspunsuri identice, din toate reieșea aceeași idee: viața și lumea în care trăim se caracterizează prin lipsa de perfecțiune și de permanență a tuturor lucrurilor.

Atunci mi-am dat seama că *wabi sabi* transcende simplele chestiuni de estetică – viața, omul, chiar și universul au legătură cu acest concept. *Wabi sabi* ține de acceptarea naturii efemere a tuturor lucrurilor. Este o țesătură nevăzută pe care se desfășoară arta japoneză, stilul de viață al japonezilor, arhitectura, istoria, filozofia, religiile specifice țării, comportamentul și mentalitatea societății japoneze.

Gândirea occidentală, mai ales în zilele noastre, ne face să căutăm pretutindeni perfecțiunea, cu speranța că astfel vom dobândi succes și fericire. Nobuo Suzuki ne ajută în *Wabi sabi: Înțelepciunea imperfecțiunii* să reflectăm profund la această idee care influențează negativ arta de a trăi bine.

El m-a ajutat să înțeleg că perfecțiunea nici măcar nu există; este doar o iluzie, o creație a imaginației omului (și, probabil, a matematicii).

Wabi sabi este însăși esența realității, pentru că perfecțiunea nu există.

Odată cu această idee plină de înțelepciune, am dobândit o nouă perspectivă asupra Japoniei. Am început să privesc bolurile japoneze cu fascinație, și nu cu indiferență, așa cum făcusem în tinerețe. Am început să mă bucur și să admir mai mult grădinile, haikuurile, ceramica tradițională, ikebana și arhitectura.

Iar această schimbare de perspectivă nu s-a limitat la Japonia și la cultura ei. Când m-am întors în Europa, m-am simțit din nou atras de artă în general, dar și de oameni, de diferitele lor stiluri de viață, de familia și prietenii mei, cu minunatele lor imperfecțiuni.

Dintr-odată, totul mi se părea important în viața mea.

Privind acum în urmă, nu pot să nu mă amuz de un lucru: rușinea pe care o trăisem în studioul de televiziune nu avea

nici un sens, căci *wabi sabi* nu se poate explica. Astfel că răspunsul meu, oricare ar fi fost, era probabil „corect“.

Acum știu că este în regulă să fii imperfect, este în regulă să nu știi ceva (chiar și atunci când ești întrebat la o emisiune în direct).

Wabi sabi: Înțelepciunea imperfecțiunii se ocupă atât de principiile de bază ale acestei filozofii, cât și de trăsăturile ei cele mai profunde, care ne influențează toate aspectele vieții. Această carte nu-și propune să ofere o prezentare exhaustivă a conceptului, căci asta ar fi împotriva esenței *wabi sabi*, însă la final îți vei dori cu siguranță să te lași pătruns de filozofia *wabi sabi*, care îți va schimba pentru totdeauna felul de a fi și de a vedea lumea.

Citind această carte, am devenit mai conștient de frumusețea imperfecțiunii fiecărui moment din viața mea: fie că lucrez sau interacționez cu ceilalți, că mă plimb prin natură sau prin oraș, chiar și atunci când nu fac nimic special.

De asemenea, înțeleg mai bine cât de multă suferință ne aduce ignorarea esenței *wabi sabi* a lumii, atunci când încercăm să ne perfecționăm viața, să ajungem „tot mai sus“, să avem locuri de muncă „mai bune“, case „mai bune“, obiceiuri „mai bune“. În definitiv, să facem totul „perfect“.

În lumea de astăzi cădem cu ușurință pradă unor idei precum: „Am pierdut ocazia de a face un lucru sau altul“, „Nu am progresat suficient“, „Nu voi fi niciodată la fel de bun ca...“, și astfel ne amărâm viața, convinși că suntem nepotrivii sau insuficient de buni.

Nimic însă din aceste gânduri nu este justificat. Suntem ființe frumoase, ale căror așteptări și obiective au fost deformate de aspirații absurde. De ce să țintim spre o perfecțiune care nici măcar nu există?

Wabi sabi ne învață cum să acceptăm ce suntem și ce avem în prezent. Totuși, asta nu înseamnă că ar trebui să abandonăm

ideea de a fi oameni mai buni și mai plini de viață. De fapt, din momentul în care înțelegem înțelepciunea imperfecțiunii, facem progrese zi de zi, pas cu pas, îmbunătățind și descoperind esența a ceea ce suntem cu adevărat, conectați cu *ikigai*-ul nostru.

Unul dintre numeroasele lucruri pe care le vei învăța din paginile acestei cărți este să te eliberezi de așteptări nerealiste ca să trăiești mai bine și să devii un om mai bun.

Știi cu siguranță mai multe despre *wabi sabi* acum decât atunci când am auzit termenul pentru prima dată, în urmă cu cincisprezece ani. Dar pot să spun totodată că, cu cât aflu mai multe despre această filozofie, cu atât mai profund mă influențează, învățându-mă să fiu mai original și mai autentic.

Wabi sabi: Înțelepciunea imperfecțiunii m-a purtat pe meleaguri noi în călătoria mea, trezindu-mi bucuria de a fi viu într-o lume perfectă așa cum este ea, îngăduindu-mi totodată să fiu eu însumi.

M-a învățat foarte clar că filozofia *wabi sabi* este un ghid pentru o viață mai lejeră, mai firească.

Mulțumită acestei cărți am învățat să-mi iubesc eul imperfect, lumea noastră imperfectă, apreciindu-i frumusețea pentru a învăța cum să o facem și mai frumoasă. Cartea lui Nobuo Suzuki te va iniția în mod strălucit pe acest drum.

Sper să te bucuri de lectura ei în aceeași măsură în care am făcut-o și eu.

HÉCTOR GARCÍA
Tokyo, iunie 2020

*Linia dreaptă aparține omului,
cea curbă, lui Dumnezeu.*

—ANTONI GAUDÍ

Magia imperfecțiunii

Se spune că, într-un templu zen din Japonia, călugărul responsabil cu grădina avea un obicei ieșit din comun. Când mătura frunzele ruginii de pe poteca pietruită, chiar înainte să intre în casă, lăsa o frunză să cadă pe jos.

De ce făcea asta?

Pentru că, pe de o parte, copacii aveau să acopere din nou poteca cu alte frunze aurii, iar pe de alta, fiindcă idealul japonez de frumusețe nu caută perfecțiunea, uniformitatea, simetria exactă, ci naturalețea, frumosul reprezentat de o frunză căzută în grădina pustie a unui templu zen.

Una dintre trăsăturile specifice culturii japoneze este modul ei particular de a concepe frumusețea. Pentru un occidental, chiar și pentru un chinez, ceașca cea mai frumoasă este aceea modelată impecabil, cu o circumferință perfectă, cu o suprafață netedă și imaculată, iar dacă este decorată, cu o dispunere exactă și uniformă a ornamentelor.

În Japonia însă, cea mai apreciată ceașcă – și cea mai scumpă – este de regulă cea care prezintă neregularități, pentru că asta o face unică. Poate să aibă denivelări, fire de nisip lipite la suprafață ori chiar să fie crăpată și refăcută prin arta *kintsugi*, despre care vom vorbi mai târziu.

Pe lângă faptul că este unică și nu-și ascunde trecutul, această ceașcă atât de specială transmite spiritul japonez *wabi sabi*, care consideră frumos tot ceea ce se aseamănă cu natura, lucru pe care l-am putea rezuma în trei principii:

14 / *Wabi sabi*: Înțelepciunea imperfecțiunii

1. *Nimic nu este perfect.*
2. *Nimic nu este finit.*
3. *Nimic nu este etern.*

Aplicând aceste principii în viața noastră, înțelegem mai bine cât de imperfecți suntem, ceea ce ne conferă modestie; prin asumarea imperfecțiunii noastre, ne eliberăm de autoexigența bolnăvicioasă, de fixația unei perfecțiuni care nu există în natură și, ca atare, nici în ființa umană.

Acceptarea propriei imperfecțiuni, a caracterului unic al fiecăruia nu înseamnă conformism. Dimpotrivă, ne arată drumul pe care îl avem de parcurs pentru a evolua ca ființe umane.

Cel care are impresia că a atins excelența nu doar că se înșală – întotdeauna este loc de mai bine –, ci, în plus, este lipsit de flexibilitate. Prizonier adevărului lui absolut și subiectiv, nu are cum să evolueze, devenind o ființă rigidă, pietrificată, lipsită de ritmul vieții.

Cel de-al doilea principiu ne amintește că nimic nu este finit. La fel cum natura se dezvoltă la nesfârșit, într-un ciclu continuu naștere–moarte, și ființa umană este dinamică.

Însuși Buddha a spus odată: „Întotdeauna sunt *pe cale să încep*“.

O atitudine *wabi sabi* în fața vieții presupune, de îndată ce devenim conștienți de propria imperfecțiune, învățarea continuă, plecând de la ideea că totul *urmează să fie făcut* și, în consecință, totul *urmează să fie trăit*.

Al treilea principiu se referă la caracterul efemer a tot ceea ce există, idee caracteristică filozofiei zen. Vorbind despre suferință, Buddha spunea că una dintre cauzele ei este că omul dorește să fie mereu ceea ce, prin esența sa, este trecător.

Tineretea zboară și se transformă rapid în maturitate, iar apoi în bătrânețe.

Splendidul televizor recent cumpărat se strică ori se demontează în comparație cu modelele mai noi.

Persoana care până nu demult ni se părea atât de încântătoare și amuzantă încetează să ne mai surprindă, ori poate începem să nu o mai simțim aproape întrucât, la fel ca două ramuri ale unui copac, am crescut în direcții diferite.

Acceptând faptul că nimic nu este pentru totdeauna, în loc să ne întristeze, ar trebui să ne facă să apreciem frumusețea clipei, singurul lucru pe care-l putem cuceri aici și acum. Este o invitație la a ne dăruia cu totul clipei prezente.

Poate că este ultima noastră plimbare prin parc, dar, dacă o facem ca și cum ne-am lua rămas-bun de la viață, valorează cât toate plimbările din lume.

Așa cum, potrivit esteticii japoneze, ceașca imperfectă și crăpată este cea mai valoroasă, frunza uscată pe punctul de a se desprinde de pe o ramură rămasă goală emoționează mai mult decât o pajiște exuberantă plină de flori.

Aceasta este magia *wabi sabi*, care ne inspiră oferindu-ne un nou orizont, plin de sensibilitate, dezvoltare personală și împliniri.