

MEDITAȚIE

de Diana-Florina Cosmin

Viața dintr-o
singură bucată

Demult, într-una dintre cărțile mele preferate - „Eleganța ariciului”, de Muriel Barbery - am citit o definiție a stăpânirii de sine pe care n-am mai uitat-o niciodată. Atât de plastică, de evidentă și totuși atât de subtil-construită, m-a făcut să mă privesc altfel pe mine însămi și să-mi scot la iveală multe nesiguranțe. Într-unul dintre pasaje, autoarea descrie un jucător neo-zeelandez de rugby realizând dansul ritualic haka, cu care încep toate meciurile în acel colț de lume: *„Cei mai mulți oameni, când se mișcă... ei bine se mișcă în funcție de ce se află în jurul lor. (...) Și asta se vede în modul lor de a se mișca: merg spre”. Acel jucător, în schimb, „se mișca, făcea aceleași gesturi ca și ceilalți, însă pe când gesturile celorlalți se îndreptau spre adversarii lor și spre tot stadionul care-i privea, gesturile acelui jucător rămăneau în el însuși, rămăneau concentrate asupra lui, și asta îi conferea o prezență, o identitate de necrezut”.*

Metafora din pasajul lui Barbery mi-a rămas în minte pentru totdeauna și am continuat să o raportez la oameni, obiecte și mai ales la mine însămi. De cele mai multe ori ne îndreptăm SPRE, facem lucruri PENTRU, DE DRAGUL, ÎN SCOPUL. Când am fost ultima dată o singură bucată: noi cu toate dorințele noastre? Una cu noi înșine, fără a fi dispuși să rupem sau să cesionăm vreo părticică din noi de dragul conjuncturii sau de dragul altcuiva?

Am cunoscut foarte puțini oameni care se potrivesc descrierii făcute de Barbery acelui jucător fictiv de rugby, oameni la care gesturile, mimica, mișcărilor erau toate armonizate cu persoana, ca într-un mecanism perfect uns. De prea multe ori, ne surprindem stângaci, ne considerăm nepotriviți sau suntem prea conștienți de sine. Ne simțim apăsați de defecte imaginare pe care vrem să le ascundem, încercând din răspuțeri să părem altceva

decât suntem. Când a fost ultima dată când, într-o situație în care ne aflam înregimentați alături de alți oameni, ne-am întors către noi înșine pentru răspunsuri, în loc să răscolim cu disperare după ele în jurul nostru?

În momentele în care ne simțim atacați sau nesiguri, în loc să rămânem „stană de piatră în noi”, verticali și asumați, ne întrebăm dacă nu trebuia să facem altfel, dacă nu cumva altcineva avea dreptate, dacă nu cumva ne stă părul aiurea sau dacă nu suntem într-adevăr nepotriviți, ridicoli, nepregătiți. În loc să rămânem într-o bucată cu convingerile și credințele noastre, ne frângem după fiecare lovitură, comentariu sau vorbă nefavorabilă. Adevărata forță este cea a întregului: concentrându-ne atenția și puterea asupra propriei persoane, ne sudăm cu toate părțile componente și devenim greu de învins. Nu degeaba la sport se spune că energia se duce acolo unde o canalizezi. În cele mai multe cazuri, noi o canalizăm în afară, o irosim, în loc s-o folosim ca pe un combustibil de creștere personală.

Pentru următoarea perioadă, mi-am propus să-mi însușesc mai bine această lecție, a întregului de sine. Când mă voi simți temătoare sau speriată, tentată să abdic sau să mă încovoi, îmi voi aminti de metafora jucătorului imaginar care dansa haka. Deloc întâmplător, haka e un soi de incantație războinică, menită să-i pună pe oameni în contact cu latura lor de învingători, de luptători pentru o cauză dreaptă. Ce cauză mai bună decât cea de a rămâne noi-înșine? Uneori, strigătul de luptă nu este decât o declarație prin care promitem propriei persoane că nu vom renunța la ceea ce e important, că nu ne vom da bătăuși și că vom crede până la capăt. E un mod de a ne face singuri curaj să credem. În tot și mai ales în noi înșine. □