

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
CLERGUE, ALEX

Să învățăm să ne tratăm fără medicamente /
Alex Clergue ; trad.: Mihnea Columbeanu. - București :
Orizonturi, 2013

ISBN 978-973-736-204-9

I. Columbeanu, Mihnea (trad.)
615

**APPRENONS A NOUS SOIGNER SANS
MEDICAMENTS**

Copyright © 2004, Delville Éditions/
Groupe éditorial Piktos

Toate drepturile asupra ediției în limba română sunt
rezervate **Editurii ORIZONTURI - București**

Alex Clergue

Să învățăm să ne tratăm fără medicamente

Traducere de **Mihnea Columbeanu**

Editura ORIZONTURI

Colecția SĂNĂTATE FĂRĂ MEDICAMENTE

în curând vor apărea:

- Utilizarea plantelor în tratarea bolilor - Dr. Jean Claude Houdret
- 100 de alimente pentru o viață sănătoasă - Véronique Liégeois
- Cum să eliminăm toxinele din organism - Jane Scrivner
- Hrana vie - sursă de sănătate - Jacques Pascal Cusin
- 300 rețete de hrană vie - Mike Snyder

Cuprins

Introducere	11
Stephen Hawking: triumful voinței	12
Lance Armstrong: revenirea la vârf.....	14
Ce este sănătatea și cum să ne-o menținem?.....	14
Paradoxurile epocii moderne	17
Pentru a trăi bine mult, trebuie să-ți aloți timp	20
Să terminăm cu Narcis!	21

I. RADIOGRAFIA UNEI LUMI PENTRU A TRĂI FĂRĂ MEDICAMENTE

25

Căile echilibrului	27
Toți suntem supraoameni?	27
Domnia performanței – sau: infernul sunt ceilalți	28
Fericirea se găsește în ceea ce va urma?	30
Fericirea: o chestiune de echilibru, nu de echilibristică	32
Echilibrul din noi și din afara noastră	33
Siguranță și libertate	35
Cum să reconciliem contrariile?	36
Sănătatea noastră: drumuri principale și cărări mici	38
Genetică, suntem pe mâna ta	39

Boli și medicamente genetice	40
Limitele noilor terapii	42
Protecția capitalului genetic și a celulelor noastre.....	44
Pericolul radiațiilor și protecția contra lor	46
O tabără deloc ecologică	47
Telefoane mobile și antene releu: în categoria „pericol“?	49
Ultravioletele: invizibile, dar redutabile	51
Cafeaua ca protecție contra ultravioletelor	53
Când societatea ne îmbolnăvește	55
Care sunt prioritățile?	58
Structuri de control insuficiente.....	60
Listeria, dioxina... Să avem grijă ce punem în farfurie	62
Lapte brut și riscuri brutale?	64

Dăruieți un trup corespunzător spiritului dumneavoastră	67
O putere adevărată asupra sănătății noastre	68
Efectul placebo	70
Ca să ne simțim bine trebuie să ne schimbăm modul de a privi lucrurile	71
Contextul: ajutor sau blocaj	72
Voința poate transforma trupul	74
Cum să ne schimbăm imaginea de sine	75
Cunoașteți-vă mai bine și înțelegeți-i mai bine pe cei care vă abordează	77
Test: sunteți vizual, auditiv sau kinestezic?	79
Mimetismul, un instrument suplimentar	82
Gesturile care contează	83
Să ne apropiem – cu adevărat – de aproapele nostru	86
Vorbiți la fel ca interlocutorul, o să-i placă	88
A te simți bine ține de starea de spirit	89
Să nu ne înșelăm în legătură cu noi înșine	91

II. PRACTICI, METODE ȘI EXERCIȚII PENTRU A TRĂI FĂRĂ MEDICAMENTE

93

Terapii pentru suflet.....	95
Spiritul mai întâi.....	95
A vorbi – primul remediu	96
Psihanaliza: în spatele bolilor, cuvintele	98
Noile metode psihologice.....	100
Contradicții în conflict.....	102
Soluțiile terapiilor scurte.....	104
Tehnici pentru a vă destinde și a vă simți mai bine	107
Însușiți-vă senzația de destindere	108
Metoda Jacobson pentru a vă destinde	109
Antrenamentul autogen	112
Meloterapia	114
Sofrologia	115
Râsul – armă supremă contra stresului și a bolilor?	116
Râsul: un lucru serios	117
A râde în voie	118
E mai bine să râdem	119

Terapiile manuale.....	122
Masajul: o tehnică veche de când lumea	122
Redescoperiți plăcerile băilor și ale masajelor romane din Antichitate.....	123
Câteva sfaturi pentru a ne reconcilia cu trupul nostru	124
În doi e mai bine – sau: misterul dezvăluit al fibrei nervoase C.....	127
Care masaj?.....	128
Shiatsu, masajul japonez.....	130
Reflexologia	132
Principii și practici ale reflexologiei plantare	133

Piciorul e cheia! Mersul desculț, baia și gimnastica specializată	136
Celelalte terapii posibile	139
Auriculoterapia, o descoperire surprinzătoare	140
O revelație care nu ajunge în urechi surde	140
Lumea pe dos	141
Indicații	142
Drenajul limfatic.....	145
Kineziologia – Trupul are motivele sale, pe care rațiunea le poate cunoaște	147
Captarea variațiilor de energie la nivelul mușchilor.....	148
Trupul și sufletul formează un întreg	149
Fasciaterapia.....	151
Durerile de spate, răul secolului	153
Kineziterapia - prima în tratarea spatelui.....	153
Câteva sfaturi clasice pentru a vă proteja spatele	154
Osteopatia, cea mai clasică dintre metodele noi.....	156
Diferite tehnici de masaj: pe care o alegem?	159
Binefacerile apei	162
Crenoterapia	162
Stațiuni termale specializate	163
În practică.....	164
Hidroterapia și talasoterapia	165
Busola arată Estul	167
De ce se convertesc oamenii?	168
Budismul și sănătatea.....	171
Efectele meditației și cum le putem atinge	173
Compasiunea.....	176
Tehnicile Suflului Universal.....	177
Qi Gong.....	178

Reiki	180
Să ne îngrijim inteligent corpul	182
Principii de bază.....	182
Pentru a ne lăsa de fumat, nu trebuie să folosim jumătăți de măsură	184
Cum să ne lăsăm de fumat.....	185
Șapte trucuri pentru a vă fortifica voința	185
Metode care dau rezultate, și de ce	187
Hipnoza, sau cum să ne decondiționăm	188
Hipnoza și creierul	190
Acupunctura și auriculoterapia	191
Terapiile comportamentale.....	192
Terapiile de grup	192
Homeopatia.....	193
Ce să alegem?.....	193
Alcoolul și alte droguri.....	194
O problemă de societate.....	195
Dezintoxicarea	196
Să mâncăm altfel pentru a ne simți mai bine	198
Regimurile? De băut și de mâncat	199
A mânca, o necesitate	199
A mânca, o plăcere	201
Să investim în sănătate	203
Ce să mâncăm și cum, pentru a ne menține sănătatea sau a ne regăsi forma fizică?.....	204
Grupele de alimente.....	205
Tipurile de alimentație	206
Macrobiotica.....	206
Regimul cretan	208
A mânca pentru a ne fortifica	209
Slăbitul.....	213

Problemă (și soluție)!	215
Mișcați-vă, pentru a trăi mai bine și mai mult!	216
Faceți gimnastică pe negândite... ..	217
...și gândiți-vă să faceți gimnastică	218
Alte soluții pentru a vă activa	219
Yoga, disciplina trupului și a spiritului	219
Tai-Chi, suflul în mișcare.....	223

Restabilirea echilibrului: să ne îngrijim cu blândețe	226
Naturismul: (adevărata) viață respirată din plin.....	227
„Celelalte“ medici	229

Câteva remedii	231
La boli mici, remedii vechi.....	234

Încheiere	237
------------------------	-----

Introducere

Viața seamănă oarecum cu o cursă de ciclism. Există mai multe modalități de a merge cu bicicleta. Poate să ne facă plăcere, în pofida – sau, mai degrabă, tocmai datorită – eforturilor depuse. Altfel, indiferent dacă mergem „iavaș-ia-vaș“ sau în forță, drumul poate deveni un infern – sau poate chiar mai rău: un purgatoriu care nu se mai termină.

Așadar, îi vedem în pluton numai pe cei mai apropiați de noi, și ne e greu să le vorbim. Uneori, câte un coechipier se desprinde, un adversar ne depășește, un vecin se prăbușește. Duși de curent, nu ne gândim decât să alergăm împreună cu ceilalți, uitând startul cursei și fără a dori să ne gândim la finish, pe care nu putem nici măcar să ni-l imaginăm. Cu cât se prelungește mai mult încercarea, cu atât devine mai neplăcută. În noi se adună oboseala, ne hrănim, fără a ne gândi, cu cutii pe care le consumăm în goană, și pedalăm până ni se taie respirația, fără a ști măcar de ce și pe ce drum mergem. Pe scurt, ne folosim trupul și spiritul pe un traseu fără sens.

Mai există și o altă modalitate de a participa la cursa vieții.

Desigur, nu toți suntem la fel. Mama natură îi înzestrează pe unii cu o constituție fizică robustă și cu o sănătate

RADIOGRAFIA UNEI
LUMI PENTRU A TRĂI
FĂRĂ MEDICAMENTE

Căile echilibrului

Această căutare a echilibrului, indispensabilă sănătății noastre privite din punct de vedere global, este îngreunată de societatea noastră care-i cere fiecăruia să aibă cel mai bun „randament” și îi îndepărtează fără menajamente pe aceia care nu se conformează modelelor stabilite. Istoria și analiza acestei constrângeri sociale ne permite să înțelegem mai bine ceea ce ni se cere, de ce și cum să ungem angrenajele care, uneori, au tendința de a ne frânge.

Toți suntem supraoameni?

Nu avem niciun motiv de a ne îndoi că toți suntem supraoameni. Nemiloasa selecție naturală i-a eliminat, de-a lungul veacurilor, pe cei mai slabi, în favoarea celor mai puternici și mai bine adaptați. Noi suntem rezultatul acestor milenii de luptă pentru viață. Mai recent, am câștigat în egală măsură cursa existenței, din moment ce un singur spermatozoid, din milioane de candidați, a putut pătrunde în acea sfântă a sfințelor care este ovulul.

Indiferent dacă fecundarea se realizează sub efectul sprintului din rășputeri al uneia dintre celulele masculine flagelate, așa cum se credea până nu de mult, sau mai degrabă, cum pare să fie mai probabil, consecința unei deschideri selective și active a ovulului, concluzia este aceea că toți suntem campioni. Cel puțin pe acest plan, al capacității noastre de a ne începe viața.

Prin urmare, ar trebui să ne simțim suficient de puternici pentru a înfrunta o existență mult mai puțin dură decât aceea a strămoșilor noștri, și concurenți incomparabil mai puțin numeroși decât în pântecul mamei.

Totuși, pentru mulți dintre noi, nu așa stau lucrurile. Ceea ce ar trebui, în mod logic, să nu ne lipsească – o mare încredere în noi înșine – reprezintă adesea cea mai gravă lacună.

De ce? Trebuie să căutăm răspunsul atât în noi înșine, cât și în afara noastră.

Domnia performanței – sau: infernul sunt ceilalți

Societățile noastre se caracterizează, între altele, prin exigențele lor precoce vizavi de copii. Bineînțeles, nu prea putem să ne dăm seama, pentru că suntem integrați în această cultură. O putem însă observa ușor, când avem ocazia de a vedea copii crescuți conform altor principii. Atunci, diferențele sar în ochi. Uitați-vă, de exemplu, cum procedează mamele țigănci cu progeniturile lor. Le lasă copiilor o libertate mult mai mare, și adesea sunt mai puțin stricte în legătură cu obligația de a-i trimite la școală. Ele consideră că cea mai importantă este fericirea de zi cu zi a celor mici. Băieții, în

special, sunt considerați cu toții niște mici regi și acționează în consecință.

Restul societății are tendința de a stigmatiza acest mod de comportament – căci, pentru ea, copilul este un adult în devenire și trebuie să i se imprime cât mai curând posibil regulile și cunoștințele pe care va trebui să le aplice mai târziu. Or, sistemul nostru de învățământ prezintă adesea paradoxul de a fi impracticabil în același timp pentru cei rapizi și pentru cei mai lenți. Din acest motiv, ca efect al unei curioase justiții imanente, elevul supradotat și leneșul ajung în aceeași situație, căci se întâmplă frecvent ca nici unul și nici celălalt să nu-și poată găsi locul într-o clasă „normală”.

În loc de a-i învăța pe elevi să fie solidari și să se ajute între ei pentru a progresa împreună, întregul nostru sistem educațional urmărește stabilirea unor ierarhii, a unui clasament care să permită identificarea „celor mai bune elemente” – și, prin urmare, și a celor mai slabe. Rezultă de aici o competiție intensă, un individualism încrâncenat și mari frustrări ale multor copii care nu sunt în măsură să facă parte dintre primii.

Cu opt sute de decese pe an, sinuciderea este, după accidentele rutiere, a doua cauză a mortalității în rândurile tinerilor cu vârste cuprinse între cincisprezece și douăzeci și patru de ani. Este o cifră înspăimântătoare, deși adeseori e subevaluată, căci un mare număr de morți voluntare sunt deghizate în accidente. De exemplu, în Franța sunt spitalizați anual nu mai puțin de patruzeci de mii de tineri, după o tentativă de a-și pune capăt zilelor.

Motivele invocate sunt multiple, dar la baza comportamentului suicidal există întotdeauna o viață trăită sub forma unei suferințe și a unei senzații de izolare.

Contrar societăților arhaice, noi nu suntem niciodată siguri de propriul nostru loc în lume. Cei pe care-i numim

primitivi cunoșteau ritualuri de trecere care se refereau la o întreagă categorie de vârstă. Toți tinerii, uneori după încercări înspăimântătoare de dureroase, deveneau membri ai tribului. Își găseau locurile în mod natural.

La noi nu există nimic de acest fel. Dimpotrivă, încă din școală suntem îndemnați să ne depășim (și să depășim și vecinul...). Este un obicei dobândit. Agenții publicitari știu foarte bine acest lucru. Ne vând mașini sau haine, mizând pe predispoziția noastră de a dori să părem mai buni decât ceilalți, sau cel puțin de a ne afirma pozitiv în raport cu ei. Se știe, acesta este un fenomen foarte răspândit printre cei mai tineri, care nu vor decât să ia „note bune”, dar nici adulții nu sunt scutiți de o asemenea cursă a aparențelor.

Astfel, toată viața alergăm după o imagine ideală a noastră înșine, pe care încercăm s-o găsim în ochii altora. În raport cu ei, dorim să fim plăcuți, să avem cutare sau cutare obiect, să prezentăm o înfățișare sau alta.

Dar toată educația primită ne-a imprimat individualismul și valorificarea competiției, chiar și cu cei cărora nu le dorim aprobarea sau admirația. Pe scurt, ceilalți sunt în egală măsură concurenți, ca și parteneri necesari. Privirile lor pot să ne stimuleze, dar și să ne inhibe. Este o situație față de care uneori reacționăm foarte nepotrivit – și pe care, în orice caz, trebuie s-o cunoaștem, ca să putem profita cât mai mult de pe urma ei.

Fericirea se găsește în ceea ce va urma?

Sigmund Freud, fondatorul psihanalizei, considera că toată civilizația se baza pe capacitatea oamenilor de a-și diferenția plăcerile. Pentru că știm să ne facem calcule pe

termen mai lung sau mai scurt, să ne gândim la viitor, am construit altceva decât o societate strict animalică. Sau, cu alte cuvinte, în special fiindcă putem sacrifica momentul prezent în favoarea ipotezelor de mâine.

Din punct de vedere istoric, acest lucru este incontestabil.

Mai precis, pentru antropologi, gestul fondator al civilizației noastre este acela al semănătorului. Pe pământurile fertile ale Orientului Mijlociu au curs nouă sau chiar zece milenii care constituie bazele societăților noastre moderne. Pentru asta, n-a trebuit decât ca, într-o zi, un bărbat sau o femeie să fi putut avea această atitudine fără precedent care consta în a nu mai consuma puținele boabe ale cerealelor culese cu atâta caznă, ci a prefera să le păstreze, înainte de a le îngropa iar în pământ. Ne este greu să ne imaginăm, mai ales în Occident, unde foametea a fost învinsă de secole, de cât curaj sau de câtă nebunie e nevoie pentru a paria astfel pe viitor, sacrificând niște resurse sigure pentru o recoltă improbabilă.

Prin plantele și prin animalele pe care le consumăm, și dintre care cea mai mare parte au fost descoperite și domesticate în acea epocă, le suntem datori oamenilor de-atunci pentru „nebunia” lor. Le mai suntem datori și prin cultura noastră intelectuală, și prin starea de spirit pe care ne-au lăsat-o moștenire acei strămoși îndepărtați. Și, în special, prin voința noastră neconținută de a ne asigura viitorul prin mijloace uneori nesigure, de a tinde către securitate și a regreta fascinația aventurii, fără să ne mulțumim decât rareori doar cu ceea ce ne oferă natura.

Fericirea: o chestiune de echilibru, nu de echilibristică

Această dezmembrare explică, în parte, faptul că, în locul celor mai frumoase reușite profesionale, uneori întâlnim depresia și sinuciderea. Sau că nebunia consumatoare, sau furia de a dori să ne aplicăm o imagine ideală, duc la nevroză ori la delincvență. Un fapt divers, ajuns recent pe ecran, spune multe despre acest rău care-i roade insidios pe anumiți contemporani ai noștri. E o poveste pe care n-ar fi îndrăznit s-o inventeze niciun scenarist. Un bărbat și-a mințit ani de zile soția, copiii, toată familia și pe toți prietenii. Își inventase o situație lucrativă și recunoscută pe plan social, când de fapt era șomer. Trăind din expediente, a mers cu minciuna până la capăt, până în momentul când adevărul a ajuns pe punctul a se dezvălui exploziv. Preferând lumea iluzorie pe care și-o fabricase în cele mai mici detalii, acel soț iubitor, acel tată ireproșabil, a preferat să-și ucidă nevasta și copiii, mai degrabă decât să-i lase să privească în față realitatea vieții lui.

Această tragedie îngrozitoare rămâne un caz de excepție. Dar boala generată de societatea noastră se manifestă mult mai frecvent. Căutarea echilibrului interior nu trebuie să se confunde cu această capacitate a anumitor persoane de a jongla cu minciuna și cu adevărul.

De altfel, la fel ca acesta din urmă, pe Tărâmul Trupului și al Imaginii exaltate, sufletul se pomenește adesea într-un puț fără fund. E greu să fie scos de-acolo, dar acest lucru este totuși indispensabil, dacă vrem să găsim un lucru cu care nimeni de-aici nu face comerț: fericirea. Să ne înțelegem bine, fiecare dintre noi, de bună seamă, definește fericirea în felul său propriu. Omenirea este infinit de

diversificată și nimeni nu seamănă cu altcineva. Unul își va găsi mulțumirea în contemplarea mării, iar altul, într-a muntelui. Practic, există la fel de multe motive de bucurie profundă, câți indivizi sunt. Ba chiar, pentru fiecare dintre ei motivele sunt la fel de nenumărate ca evenimentele exterioare care pot surveni și momentele succesive în care au avut loc. Prin urmare, nu se poate realiza o evidență a acestora. În schimb, se pot face două observații. Prima este aceea că, înainte de a distinge cauzele posibile ale fericirii, trebuie să fim în măsură de a o trăi, în cel mai puternic mod posibil. Acest lucru nu se întâmplă prea frecvent. A doua observație este că, dacă fericirea e individuală, în sensul în care poate fi provocată de numeroase cauze, ea are baze nu mai puțin obiective, comune tuturor.

Fericirea se naște din conjugarea acestor două aspecte care ne trag în două direcții contrare: nevoia noastră de securitate și dorința noastră de libertate.

Asupra primului punct, vom conveni că e dificil să fii fericit când nu mănânci cât să-ți astâmperi foamea, când nu ai un acoperiș deasupra capului, când nu ai nicio perspectivă sau când ești respins de societate. În anumite situații, sănătatea se degradează în asemenea proporții, de exemplu, încât medicii care intervin pe lângă pacienți au putut vorbi despre „reapariția unor patologii medievale“.

Echilibrul din noi și din afara noastră

Echilibrul despre care vorbesc este, așadar, acela al societății în ansamblul ei.

A face parte pe deplin din societatea în care evoluăm este o condiție sine qua non a stării de bine. Evident,

mijloacele ne aparțin. Putem acționa în mii de feluri, oricât de modeste, asupra mediului ambiant. Aderarea la un partid, la o asociație sau la un sindicat, la un grup de reflexie, la o instanță de cartier, nu reprezintă decât unele dintre modalitățile de a ne implica. Și mai putem găsi multe altele. Poate fi vorba de gesturi simple, aproape anodine. Ceea ce contează este să acționăm pentru ca în lume să existe mai mult echilibru. O puteți numi „acțiunea pentru justiție“, pentru „pace“, pentru „progres“, sau apărarea anumitor valori. O asemenea definiție nu acoperă neapărat un angajament politic, și cu atât mai puțin o luptă partizană. Este pur și simplu un fir de nisip, firul dumneavoastră de nisip, pe care-l depuneți alături de alții. Numai prin alăturarea tuturor acestor fire de nisip se poate obține o plajă. Nu se știe niciodată despre câte asemenea contribuții minuscule se poate vorbi în cazul unei tăvi cu nisip – dar adevărul rămâne același: fiecare are importanța sa.

Sociologii afirmă că sfârșim prin a îndrăgi ceea ce suntem obligați să facem. Altfel, viața ar deveni absolut insuportabilă. Dar, procedând astfel, ne mințim pe noi înșine, ceea ce se poate traduce prin diverse „somatizări“, cum spun medicii – adică, patologii fizice ale căror cauze sunt presupuse a fi în mintalul nostru.

Prin urmare, luând în mână noi înșine căutarea unui echilibru global – chiar dacă este un proiect pe termen lung, sau poate chiar utopic – reușim să ne racordăm personalitatea cu mediul ambiant. Căci, din acest punct de vedere, cu toții ne aflăm pe muchie de cuțit. Dacă ne conformăm prea exact realității din jur, riscăm să sufocăm tot ce avem mai intim și mai spontan în noi. Dacă, dimpotrivă, nu ținem deloc seama de ceilalți, ne regenerăm în egală măsură natura profundă de animal social.

Siguranță și libertate

Câtă vreme căutarea echilibrului exterior corespunde cu voința de a trăi într-un mediu mai sigur, echilibrul interior trebuie să facă parte din senzația de libertate.

Iată de ce este atât de dificilă condiția umană. Trebuie să împăcăm permanent apa și focul. Ne dorim profund o lume sigură și stabilă, dar în același timp vrem să evoluăm prin ea cu deplină libertate. Altfel spus, și în cheie ușor caricaturală, dorința noastră profundă – cel puțin în anumite momente – ar fi aceea de a fi un electron liber printre oamenii care se conformează cu strictete regulilor. Știm, însă, că o asemenea dorință este contradictorie, și că nu putem fi liberi dacă toată lumea e liberă. Ceea ce înseamnă, în ultimă instanță, să adoptăm acele reguli comune care garantează libertatea fiecăruia... și, în același timp, îi impun fiecăruia constrângeri. Am dreptul să mă odihnesc în liniște la mine acasă, fără să suport agresiuni sonore. Dar, în egală măsură, nu trebuie, sub pretextul că aș avea o fibră melomană exacerbată, să pun stația stereo să urle toată noaptea. Acesta pare un lucru evident. În schimb, echilibrul nu se poate aplica la fel de ușor în viața cotidiană. Un exemplu concludent – dacă îndrăznim să-l considerăm așa – rămâne mașina. Cutare personaj politicien, curtenitor, absolut sociabil, se va transforma, de cum se așază la volan, într-o brută iresponsabilă. Un altul, care nu suportă infrafracțiunile comise de contemporanii lui în diverse domenii, își permite să șofeze încălcând toate regulile de circulație, sau rearanjează regulamentele după cum îi convine lui. Recunoașteți vreun cunoscut în acest portret? Poate chiar pe dumneavoastră înșivă? N-ar fi deloc surprinzător, din moment ce un asemenea comportament este foarte răspândit în țara noastră.

Or, a acționa în acest mod este, desigur, absolut contradictoriu. Cel care nu respectă lumina roșie a semaforului, de exemplu, abolește pentru sine însuși o regulă în care crede la modul general... pentru alții. Nici nu și-ar imagina ca reglementarea să fie suprimată pentru toți, căci știa că atunci traversarea unei intersecții ar deveni o adevărată ruletă rusească. Prin urmare, respectivul are încredere în respectarea de către ceilalți a unei legi pe care el o încalcă fără probleme. Se vede clar că un asemenea comportament este absurd și iresponsabil.

Și totuși, corect ar fi ca numai acela care nu și-a permis niciodată libertăți față de norme, mai ales în domeniul automobilistic, să arunce primul piatra. Am făcut din acest instrument formidabil al libertății individuale un adevărat pericol public, și-i sacrificăm an de an noului Moloch mii de vieți, în majoritate tinere, care promiteau un viitor frumos. Această hecatombă este însoțită de o orbire colectivă. A trebuit să se aștepte atâția ani, pentru ca, puțin câte puțin, marele public să devină conștient de marea dramă națională pe care o reprezintă accidente de circulație. Bilanțul ultimelor trei decenii este totuși îngrozitor, numărul morților cifrându-se la sute de mii, iar al celor răniți grav, la milioane.

Cum să reconciliem contrariile?

Din toate acestea, putem trage două concluzii. Prima este aceea că fondul culturii noastre e finalmente destul de puțin îndepărtat de cel al aceleia pe care o stigmatizăm cu termenul de „primitivă”. Și noi consimțim la sacrificii sângeroase pe altarul unor divinități obscure, pe care le numim Progres, Viteză sau Modernitate.

În acest sens, orice civilizație, oricât de strălucită ar fi, nu este așadar cu mult mai disciplinată decât cea mai sălbatică populație. Justiția se limitează adeseori la un soi de cutumă, iar costumul abstracțiilor raționale pe care-l îmbracă nu e decât voalul înșelător sub care se ascund pasiunile noastre, pentru a justifica realitatea. Când viziunea noastră asupra lucrurilor evoluează, când moravurile se transformă, vine vremea contradicțiilor și a repunerilor în discuție. Până atunci, după cum spunea Hamlet, există uzanțe „cărora e mai onorabil să te împotrivești, decât să te supui”.

Și totuși, cealaltă lecție pe care o vom învăța de pe urma comportamentului nostru colectiv este aceea că nimic nu e mai rău decât legile care sunt încontinuu încălcate. Așa ceva nu-i poate satisface nici pe partizanii ordinii, nici pe aceia ai libertății. Pentru cei dintâi, încălcările care devin monedă curentă distrug respectul față de lege aflat la baza contractului social. Pentru ceilalți, așa ceva demonstrează inutilitatea, dacă nu chiar nocivitatea, unei legislații care nu este acceptată pe deplin de către cei cărora li se adresează.

Toate acestea, cum se spune, înseamnă „dezordine”. Și totuși, suntem nevoiți să trăim cu ea.

În fața complexității crescânde a lumii, rămânem adeseori descumpăniți. Mult mai rău, însă, ar fi să ne agățăm de vechile prejudecăți, fără să ținem seama de mersul timpului înainte. În lumea noastră modernă, nu toate sunt roz – dar nici negre, iar cel mai bun lucru pe care-l putem face este să ne adaptăm cu maximum de suplețe, respectând un mic număr de valori și de principii esențiale.