

ALAN WATTS (1915–1973) a fost filosof englez, scriitor și orator de renume internațional. În tinerețe a devenit pasionat de Orient și a publicat articole pe această temă înainte de a scrie prima sa carte. Din 1938 s-a mutat la New York și apoi la Chicago, unde va fi câțiva ani preot anglican, înainte de a părăsi Biserica. Va predă apoi la American Academy of Asian Studies din San Francisco. Alan Watts a fost profund atașat de filosofii indiene și de gândirea taoistă. Este cunoscut mai ales pentru interpretarea filosofiei asiatice pentru a o face accesibilă Occidentului. Lucrările sale abordează aplicarea în viața de zi cu zi mai ales a învățăturilor budismului zen.

Ce înseamnă fericirea a fost publicată inițial în anul 1940. Autorul pune în discuție modalitățile prin care oamenii caută fericirea, motivele pentru care sunt nefericiți și de ce, uneori, se instaurează haosul în societate. Temele din carte sunt abordate atât din perspectiva formării spirituale a lui Alan Watts, cât și în funcție de concepțiile și structura societății din acea perioadă.

ALAN WATTS

CE ÎNSEAMNĂ FERICIREA

*Despre libertatea spirituală
în psihologia occidentală
și înțelepciunea orientală*

Traducere din engleză de
OANA ZAMFIRACHE

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

WATTS, ALAN

**Ce înseamnă fericirea : despre libertatea spirituală în psihologia occidentală
și înțelepciunea orientală /**

Alan Watts ; trad. de Oana Zamfirache. - București :

Curtea Veche Publishing, 2019

ISBN 978-606-44-0216-5

I. Zamfirache, Oana (trad.)

159.9

Redactor: Andreea-Cătălina Drăghici

Corector: Elena Tătaru

Tehnoredactor: Daniel Fulga

CURTEA VECHÉ PUBLISHING

str. Aurel Vlaicu nr. 35, București, 020091

redacție: 0744 55 47 63

distribuție: 021 260 22 87, 021 222 25 36, 0744 36 97 21

fax: 021 223 16 88

redactie@curteaveche.ro

comenzi@curteaveche.ro

www.curteaveche.ro

ALAN WATTS

THE MEANING OF HAPPINESS

Copyright © 2018 by Joan Watts and Anne Watts

First published in the United States of America by New World Library.

All rights reserved.

© Curtea Veche Publishing, 2019

pentru prezenta versiune în limba română

ISBN 978-606-44-0216-5



CUPRINS

Prefață la ediția a doua (1952) 7

Prefață pentru profani și specialiști..... 13

Introducere..... 19

CAPITOLUL 1. Război în suflet..... 33

CAPITOLUL 2. Răspunsul oferit de religie 67

CAPITOLUL 3. Calea acceptării 93

CAPITOLUL 4. Întoarcerea zeilor 123

CAPITOLUL 5. Cercul vicios..... 161

CAPITOLUL 6. Unul multiplicat 183

CAPITOLUL 7. Marea eliberare..... 221

CAPITOLUL 8. Dragostea pentru viață..... 237

Bibliografie 251

CAPITOLUL 1

Război în suflet

Aproape toată lumea știe povestea găștei care făcea ouă de aur. Un bărbat și o femeie aveau o găscă neobișnuită care le dăruia uneori un ou de aur. După câteva săptămâni, au început să se gândească la faptul că era exasperant că găscă făcea ouă prea lent, căci își imaginau că avea în interiorul ei o comoară. Nu s-au gândit să cântărească creatura mai întâi ca să vadă dacă e mai grea decât o găscă normală, ci au hotărât s-o taie. Așa cum era de așteptat, au sfârșit cu o găscă obișnuită, moartă, fără ouă de aur și care nici nu mai putea să le facă altele.

Au existat și oameni de știință care au fost la fel de dezamăgiți când au explorat anatomia umană ca să descopere un organ care să desemneze sufletul. Există și acum cercetători care analizează muzica lui Beethoven până la ultima notă și opera lui Shakespeare până la ultimul cuvânt, în speranța că vor găsi secretul geniului lor; există teologi care fac același lucru cu ce scrie în Biblie, pentru a descoperi natura lui Dumnezeu. Cele mai avansate demersuri științifice speră să scoată la lumină misterele universului, secretul lui profund, disecându-i cele mai minuscule fragmente, aflând din ce în ce mai mult despre din ce în ce mai puțin. Așa se întâmplă când nu vezi pădurea de copaci. Aceasta nu este o eroare specifică oamenilor de știință

și cercetătorilor, căci fabula găștei cu ouă de aur este o poveste, veche de când lumea, despre natura umană.

Avem o zicală despre virtutea capacității de „a vedea viața în totalitatea ei”, căci sensul îi stă în totalitate. Nu pot exista ouă de aur în lipsa găștei și oricât de exasperantă, lentă și stupidă ar fi gășca, se aseamănă cu viața în ce privește interdependența opușilor: înceată, dar ouăle ei erau de aur, iar dacă o tai în bucăți ca să aduni aurul și să scapi de încetineală, nu rămâi decât cu un corp inert. Același lucru se întâmplă dacă diseci corpul uman ca să descoperi sursa misterioasă a vitalității sau dacă separi floarea unei plante de rădăcinile ei noroioase. Un lucru similar, dar de o importanță mai mare, se întâmplă atunci când oamenii iubesc viața și urăsc moartea, când se agață de tinerețe și resping bătrânețea, ceea ce este ca și cum te-ai aștepta ca muntele să aibă un singur versant, unul ascendent; or, ca muntele să fie munte trebuie să existe și un versant descendent. Sensul este dat de totalitate și doar totalitatea face cu putință respectivul lucru. Este adevărat că suntem conștienți doar de viață, iar viața se poate manifesta doar pentru că este divizată în nenumărate perechi de opuși: cunoaștem mișcarea prin contrast cu repausul, lungimea prin contrast cu scurtimea, lumina prin contrast cu întunericul, căldura prin contrast cu frigul și bucuria prin contrast cu tristețea.

Prin urmare, să percepi viața în totalitatea ei înseamnă să înțelegi aceste calități opuse ca fiind esențiale pentru existența ei, fără a încerca să intervii, fără să diseci corpul universului, ca să păstrezi părțile plăcute și să elimini părțile neplăcute. Este ceea ce înțelege filosoful hindus atunci când, vorbind despre cele mai teribile lucruri, spune: „Sarvam kalvidam Brahman” – „Brahman este și așa”. Și

asta este Brahman, o ființă divină. Fiecare constituent al Sinelui⁷ acestei ființe e ceva schimbător. Brahman nu este doar întregul univers, așa cum a percepe totalitatea vieții nu înseamnă să percepi toate aspectele vieții; din această perspectivă, Brahman reprezintă totalitatea, sacralitatea vieții care poate fi distrusă doar în mintea noastră, dominată de fantasmе. Prin urmare, cei care încearcă s-o distrugă au mintea ocupată de niște cadavre care le corup și le otrăvesc sufletele. Când se agață de viață fiind îngroziiți de moarte, când se agață de plăcere fiindu-le frică de durere, când se agață de avere fiindu-le frică de sărăcie și când se agață de tinerețe temându-se de bătrânețe, au parte doar de bucățile dezmembrate ale lumii. Și deși s-ar putea să nu știe că această dezmembrare și suferința care-i urmează există doar în ei înșiși, ei *cred* că pot descompune totul, ceea ce este o biată iluzie. Singurul rezultat este că agățându-se de viață, plăcere, avere și tinerețe sunt atinși de nefericire pentru că, secerându-le pentru a le poseda pentru totdeauna, toate acestea își pierd viața. Prin urmare, nu este de mirare că anumiți „înțelepți”, parcurgând un astfel de traseu anevoios, spun că plăcerea și averea sunt păcate și că nu pot fi sursa fericirii. Dar focul nu este malefic pentru că îți arde degetele atunci când vrei să-l prinzi, este doar periculos.

⁷ Brahman ca Sine nu este același lucru ca Sufletul Lumii, căci Brahman nu este sufletul universului ca opus corpului, forme fizice sau substanței. Brahman este mai degrabă totalitatea universului din care decurg toate părțile sale și deopotrivă fiecare parte separată. A se vedea secțiunea despre Vedanta din Capitolul 6. (N. a.)

Problema contrariilor

Vorbim despre viață și moarte ca și cum ar fi „contrarii“, dar acesta nu este un nume satisfăcător pentru că implică o relație de opoziție, așadar conflictuală. Viața și moartea se află în conflict doar în mintea care creează o luptă plăsmuită din dorințe și temeri. În realitate, viața și moartea nu sunt două forțe opuse, ci complementare, fiind factorii esențiali ai unei existențe mai cuprinzătoare, compuse din viață și moarte, așa cum o melodie este compusă din sunete și pauzele dintre ele. Viața se hrănește cu moarte, însăși mișcarea pe care o presupune este posibilă și se manifestă drept perpetua naștere și moarte a celulelor, absorbția nutrimențelor și eliminarea reziduurilor, ceea ce la rândul lor formează solul fertil din care se poate naște o nouă viață. Căci vitalitatea este un ciclu a cărui desăvârșire presupune o mișcare în sus și una în jos, la fel cum lumina nu se poate manifesta ca lumină în lipsa mișcării unde sale de la început până la sfârșit; dacă unda luminoasă ar putea fi divizată, lumina ar dispărea. La fel, în sfera biologică, avem două sexe opuse, dar complementare, masculin și feminin; ființele sunt împărțite astfel pentru a se putea reproduce, iar sensul bărbatului și femeii este copilul, fără de care existența celor două sexe n-ar avea niciun rost. Prin urmare, sunt cei doi piloni pe care se sprijină viața, iar când este eliminat unul dintre ei, totul se prăbușește.

Acești termeni așa-zis opuși îi provoacă omului o dilemă dificilă, căci în inima lui tânjește după eternitate și vrea să învingă moartea, o aspirație greșit direcționată, pentru că, în singura viață pe care o știe, el însuși este unul din termenii opuși și astfel se opune unui lucru pe care nu-l poate învinge. Pentru că fundamentul vieții noastre, așa

cum o știm, este opoziția dintre noi și univers, dintre ceea ce este „eu“ și ceea ce nu este „eu“. Și în acest caz, avem două elemente complementare, nu opuse, pentru că este evident că sinele nu poate exista fără univers și universul nu poate exista fără multitudinea de entități din care este compus. Dar din perspectiva omului care suferă și care se luptă, acest fapt, oricât de evident ar fi, este o chestiune abstractă. Mai mult decât atât, existența universului depinde de multitudinea impersonală și ineputabilă a entităților care îl compun, nu depinde de niciun individ particular. Într-adevăr, natura pare surprinzător de crudă și de distructivă atunci când vine vorba de indivizi și, deci, nu este deloc de mirare că omul se răzvrătește când resimte aceeași lipsă de considerație ca o insectă. Aici pare că există și un conflict efectiv, care nu este o chestiune exclusiv mentală, căci, pe de o parte, creația și conservarea indivizilor dau dovadă de o ingeniozitate spectaculoasă, pe de altă parte, indivizii sunt tratați ca și cum n-ar fi cu nimic mai presus de țărâna din care provin. Dacă una din aceste tendințe ale naturii ar dispărea, lumea fie s-ar sufoca din cauza suprapopulării, fie ar fi depopulată complet. Cu toate acestea, raportat la individ, procesul este crud și distructiv. În loc să încerce să i se opună, omul poate să vină în întâmpinarea naturii prin normarea reproducerii speciei și prin adaptare. Dar acest lucru ar presupune un efort social prestabilit, care s-ar putea să aibă nevoie de mii de ani pentru a ajunge la rezultatul scontat și prin urmare nu are consecințe semnificative pentru indivizii care trăiesc în harababura secolului al XX-lea.

Cu toate acestea, măsurile științifice care vizează eliminarea suferinței sunt irelevante, pentru că este îndoielnică că sporirea gradului de confort ar fi bine-venită dacă ar

dezechilibra raportul dintre contrarii. La fel cum prea multă lumină produce orbire, prea multă plăcere amorțește simțurile; orice aspect, pentru a fi vizibil, necesită contrast. Dar problema conflictului omului cu universul rămâne. Putem prezenta nenumărate soluții concrete și raționale care să justifice existența inconfortabilelor contrarii și consecințelor nefericite, dar necesare, ale legii naturale. Este cel mai simplu lucru cu puțință să filosofăm și să-i spunem omului că ar trebui să se bucure de suferința lui, căci altfel nu ar fi în stare să simtă bucuria. Dar, la urma urmelor, o astfel de abordare este vagă și abstractă, căci inima lui nu va fi convinsă, chiar dacă mintea îi va fi satisfăcută.

În acest punct al discuției ajungem la rădăcinile nefericirii umane, iar aici nu poate pătrunde vocea rezonabilă a filosofiei pure. Orice s-ar putea spune despre nevoia de a-ți baza atitudinea existențială pe o perspectivă universală, spre deosebire de una personală, dificultatea provine din faptul că în mod normal omul nu simte universal. El își este centru, iar conștiința lui se uită pe fereastră dintr-un adăpost de carne; el nu simte că lucrurile din afara lui sunt animate de conștiință, nu vede cu ochii celorlalți și nici nu se mișcă cu membrele altora. Iar lumea din afara lui este amenințătoare într-o asemenea măsură încât se fortifică, înconjurându-se de un zid de posesiuni și de iluzii prin intermediul cărora se ascunde pe sine de lume și ascunde lumea de el. În interiorul acestei fortărețe, se străduiește să păzească și să conserve acel ceva pe care îl numește propria lui viață, dar este ca și cum ar încerca să închidă lumina într-o cameră trăgând obloanele sau să prindă vântul închizând ușa. Ca să te bucuri de vânt trebuie să-l lași să sufle pe lângă tine și să-l simți pe piele. Același lucru

este valabil și pentru timp, fiindcă momentul prezent a și trecut în clipa în care vrei să pui stăpânire pe el, și pentru viață, pe care niciun adăpost de carne nu o poate păstra pentru totdeauna. Pentru a simți și a înțelege acest lucru trebuie să o lași să treacă pe lângă tine, așa cum vântul străbate pământul dintr-o zare-n alta. Dar acest lucru este intolerabil. Presupune să dărâmi baricada, să renunți la orice formă de siguranță, să deschizi ferestrele în ambele direcții ca să se facă curent, vântul să dărâme vasele, să împrăstie foile și să deranjeze mobila. Este un preț prea mare ce trebuie plătit doar ca praful și pânzele de păianjen să fie îndepărtate de pe sufletele noastre. În plus, s-ar putea să răcim și să stăm tremurând și strănutând într-un colț până înnebunim.

Când pradă putrejunii căde-va spre mormânt
și bârna de pe urmă din cuibu-ți șoimăresc,
Îi vei simți cum gol te vâd, cum hohotesc,
Iar tu și frunza moartă veți rebegi în vânt.⁸

Așa că ținem ferestrele închise și ferecate până când murim prin sufocare, doborâți de aer stătut.

Frica de frică

Aceasta este o maladie la fel de veche ca viața, născută din ceea ce Keyserling⁹ numește „frica originală”, iar aspectul ei exterior este numit de psihologi „principiul plăcerii dureroase”. Căci așa cum melcul și broasca-țestoasă se retrag în cochilia lor, omul se retrage în castelul iluziilor

⁸ Versurile îi aparțin lui Percy Bysshe Shelley și sunt din poezia *Flight of Love*. Traducere în română de Andrei Pănoiu. (N. red.)

⁹ A se vedea *South American Meditations*, cap. 2. (N. a.)

sale. Dar este ciudat că melcul și țestoasa ies uneori din cochilia lor, pe când omul nu iese din castelul lui, pentru că pare să aibă un sentiment mai profund al identității personale, al distincției dintre propria persoană și restul universului. Cu cât este mai profund acest sentiment al diferenței, cu atât este mai mare tensiunea dintre cele două elemente și cu atât mai aprig este conflictul din sufletul lui. Numim acest conflict nefericire, dar nu ni se sugerează că el va fi depășit prin abandonarea „fricii originale”, care în sine reprezintă un instinct valoros. Dacă ne-ar plăcea la fel de mult durerea ca plăcerea, am dispărea în scurt timp, căci doar această frică de durere ne alimentează instinctul de autoconservare. Din nou, și aici avem o pereche de contrarii, dragoste și frică sau plăcere și neplăcere, ambele fiind componente esențiale ale capacității de a simți, căci acela care nu resimte frica nici nu iubește, nici nu simte. Dar atenție la termenul frică *originală*! Problema omului este că frica lui este arareori originală; este departe de originalitate, fiind nu o simplă frică, ci frica de a-i fi frică.

Există două feluri de tensiune, una creativă și una distructivă; prima este ca atunci când tensiunea unei corzi produce muzică, iar a doua este ca atunci când coarda se rupe. Între contrarii trebuie să existe tensiune pentru a genera viață. Prin natura lor, trebuie să se miște în direcții opuse, dar în același timp trebuie să fie ținute laolaltă printr-o relație și printr-un sens. Forța centrifugă îndepărtează Pământul de Soare; gravitația îl atrage spre Soare și prin urmare Pământul se mișcă în jurul Soarelui circular și nici nu îngheață, nici nu ia foc. Mișcarea contrariilor unul față de altul este frica originală, iar legătura care le ține împreună este dragostea originală. Rezultatul este o tensiune creativă. Dar omului nu-i este doar frică; îi este

frică de tensiunea creată de frica originală și prin urmare frica lui este amplificată. Tensiunea este și ea amplificată, devenind din ce în ce mai înfricoșătoare până când devine distructivă în loc să fie creativă. Legătura este întinsă la maximum, când contrariile tind să se îndepărteze până la izolarea completă. Astfel, când tensiunea fricii originale este acceptată, omul poate să se miște fericit pe orbita lui; dar dacă vrea să scape de această frică, nu face decât să adauge o frică altei frici și o tensiune altei tensiuni, ceea ce reprezintă un proces care poate dura indefinit. Ca o muscă prinsă într-o pânză de păianjen, cu cât se împotrivește mai mult, cu atât este prinsă mai mult în ea.

În acest fel, tensiunea dintre contrarii este transformată de om într-un conflict distructiv. Agățându-se de unul dintre termenii relației de opoziție și negându-l pe celălalt, nu face decât să-l incite pe acesta din urmă să se afirme și mai mult. Să urăști moartea și schimbarea înseamnă să încerci să faci din viață un proces din care lipsesc moartea și schimbarea, iar acest lucru înseamnă ceva rigid, muribund, o moarte vie. De unde și expresia „lașii mor de o mie de ori, dar cei curajoși nu mor decât o singură dată”. Căci agățându-se cu plăcere de frica de durere, omul inițiază tensiunea, dar problemele adevărate încep în momentul în care încearcă să scape nu doar de durere, ci de tensiunea însăși, făcându-și astfel doi dușmani în loc de unul. Faptul că durerea provoacă frică este o chestiune la fel de naturală ca faptul că focul provoacă căldură. Dar trebuie să rămânem cu ea, căci dacă fugim de frică, aceasta se transformă în panică, ceea ce reprezintă punctul de intrare într-un abis fără fund al înșelării de sine și al nefericirii. Omului nu-i place să admită că se teme, căci a accepta acest lucru ar însemna subminarea încrederii în sine și zdruncinarea

siguranței egoului său. Acceptarea fricii ar semăna cu acceptarea morții și de aceea fuge de ea, rezultând apariția marii lui nefericiri. Uneori, această frică se exprimă ca o teroare pură și nestăpânită, dar de cele mai multe ori este pe jumătate ascunsă, o anxietate chinuitoare care se mișcă în cercuri vicioase, de o intensitate crescândă. Ar fi fost mai bine să spunem de la bun început: „Mi-e frică, dar nu mi-e rușine.“

Prin urmare, opunându-se contrariilor, omul se înșală mereu pe sine. Câștigurile pe care vrea să le smulgă vieții și pe care vrea să le țină pentru sine putrezesc pentru că le-au fost rupte rădăcinile și nimic din ce este dezrădăcinat nu poate supraviețui, dat fiind că cele mai importante aspecte ale vieții sunt mișcarea și schimbarea. Pe de altă parte, necazurile pe care încearcă să le evite sunt singurele care-l fac conștient de binecuvântările de care are parte și dacă le iubește pe acestea din urmă, trebuie să se teamă de primele. Dar lui îi este frică de frică. Aceste două aspecte îl fac deopotrivă frustrat și îngrijorat, împingându-l din ce în ce mai mult spre izolare și ostilitate față de viață, prins cum este între diavolul circumstanțelor și oceanul adânc al emoțiilor lui imprevizibile și nesupuse. Iar în această stare de izolare, spiritul lui piere.

Omul și natura

Omul este la fel de înrădăcinat în natură ca un copac și deși se deplasează liber, pe două picioare, și nu este înfipt în pământ, nu este nici pe departe o entitate autonomă, care se mișcă independent. La fel ca un copac, un vierme sau o muscă, depinde de aceiași factori, de forțele universale ale naturii, ale vieții, ale divinității sau oricum vrem să

le numim. Viața care curge prin el neîncetat vine dintr-o sursă misterioasă; omul nu intră pe acest tărâm la naștere și nu iese din el la moarte, ci este canalul prin care se deplasează un flux neîntrerupt, care-i mișcă sângele prin vene, care-i mișcă plămânii și-i dă aer de respirat, care îl hrănește pe om prin roadele pământului și-i aduce lumina soarelui pe față. Dacă examinăm o singură celulă a organismului, vom găsi acolo întregul univers, căci soarele, luna și stelele sunt cele care o fac posibilă; îl găsim și dacă ne sondăm profunzimile minții, căci acolo sunt toate instinctele primitive, animalice și umane, și dacă ne uităm și mai în profunzime s-ar putea să găsim asemănări cu plantele și cu pietrele. Căci omul este punctul unde se întâlnesc forțele universului, care trec prin el într-un flux și care reprezintă forța din spatele tuturor gândurilor și acțiunilor lui, ceea ce este mai degrabă sinele omului decât corpul sau mintea lui, instrumentele lui. Acest lucru era cunoscut de toate popoarele din vechime, ai căror înțelepți considerau că toate acțiunile umane sunt la fel de mult expresiile naturii ca soarele și vântul – ceea ce ar trebui să fie evident pentru orice om care nu s-a născut și nu a crescut într-un loc unde nu există nimic altceva decât ceea ce a fost creat de om.

Izolarea sufletului uman față de natură este în general un fenomen al civilizației. Această izolare este mai degrabă aparentă decât reală, căci cu cât este natura mai ținută în frâu de ziduri, de ciment și de mașini, cu atât aceasta se reafirmă pe sine în mintea omului, de obicei ca un vizitator nedorit, violent și problematic. Dar de fapt, între creațiile umane, arta, literatura, arhitectura, în raport cu cuiburile păsărilor și fagurii albinelor există o diferență calitativă, nu de natură. Creațiile umane sunt mult mai numeroase și mai ingenioase, dar chiar această ingeniozitate, împreună