

LBRIS

We know
books

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

TURNER, TOKO-PA

Apartenența: Cum să redobândim sentimentul de apartenență prin conectarea cu sine, cu ceilalți și cu natura / Toko-pa Turner; trad. din

lb. engleză: psih. Andreea Mănescu. – București: Herald, 2022

ISBN 978-973-111-959-5

I. Mănescu, Andreea (trad.)

159.9

Pentru noutăți și comenzi:

www.edituraherald.ro

office@edituraherald.ro

Tel: 021.319.40.60, 021.319.40.61

Fax: 021.319.40.59, 021.319.40.60

Mob: 0744.888.388, 0771.664.320

Belonging. Remembering Ourselves Home

Copyright © 2017 Toko-pa Turner.

Toate drepturile rezervate. Publicată și distribuită de Her Own Room Press (British Columbia, Canada).

DTP copertă și ilustrații de interior copyright © 2017 Molly Costello.

Copertă și design de Toko-pa Turner.

TOKO-PA TURNER

Apartenența

Cum să redobândim sentimentul de apartenență
prin conectarea cu sine, cu ceilalți și cu natura



Traducere din limba engleză:

Psih. ANDREEA MĂNESCU

EDITURA  HERALD
București



MULȚUMIRI / 11

Capitolul 1

CEVA MAI MARE / 14

Capitolul 2

ORIGINILE ÎNSTRĂINĂRII / 24

Capitolul 3

MAMA MOARTE / 40

Capitolul 4

FALSA APARTENENȚĂ / 58

Capitolul 5

NUNTA INTERIOARĂ / 72

Capitolul 6

INIȚIERI PRIN EXIL / 86

Capitolul 7

VIAȚA SIMBOLICĂ / 106

Capitolul 8

DRUMEȚII PRIN CREATIVITATEA SĂLBATICĂ / 118

Capitolul 9

OASPEȚII ÎNTUNECAȚI / 138

Capitolul 10

DUREREA CA ALIAT SACRU / 170

Capitolul 11

DORUL SACRU / 184

Capitolul 12

COMPETENȚE ALE APARTENENȚEI / 204

Capitolul 13

A NE FĂURI O VIAȚĂ / 210

Capitolul 14

PURTÂNDU-NE PLĂCEREA / 230

Capitolul 15

PREZENȚA CARE INVITĂ / 248

Capitolul 16

POVESTIRI ȘI VERSURI DE CÂNTEC / 226

Capitolul 17

ÎNGRIJIREA UNUI SAT / 284

Capitolul 18

RECIPROCITATE CU NATURA / 308

Capitolul 17

CONCLUZII / 320

NOTA AUTOAREI / 328

Capitolul 1

Ceva mai mare



Aparții acestei lumi. Ceva măreț te-a introdus acestei clipe, în acest loc în care deja te afli. Ești supus *momentum*-ului¹ unui lung șir de supraviețuitori. Începând cu buna lor moarte, succedată de noi vieți, și chiar prin întâmplările de iubire care i-a însămânțat... s-a țesut povestea ta. Ești perfect acordat cu jubilara sălbatică a naturii. Viața ta a fost sculptată de condițiile fiecărui anotimp și de invizibila, sfântă tendință [naturală].

Și totuși, s-ar putea să simți, așa cum mulți dintre noi simt, durerea unei vieți vitregite² de apartenență.

Există multe moduri de a fi preschimbat în orfan: în mod direct, de către părintele incapabil să aibă grijă de tine sau de către cei care au neglijat înțelegerea darurilor tale; de către Sistem, care îți revendică loialitatea, dar îți comercializează unicitatea, sau de către Istorie care, prin intoleranță și război, a făcut din tine un refugiat.

Însă ajungem să fim orfani și datorită unei culturi care, glorificând anumite valori, le respinge pe altele și ne forțează să ne disociem de părțile nedorite din noi. Și acesta-i poate cel mai rău mod în care poți ajunge orfan, pentru că este un abandon la care suntem complici.

Pornind de la această zgârietură abia întrezărită, fără măcar a recunoaște tot ce a fost înstrăinat de la noi, trebuie să ne trasăm o cale. Trebuie să începem cu absența – un dor de ceva ce poate nu va fi nicicând alinat – și să o urmăm adânc în inima exilului, pentru a descoperi – în caz că există ceva – ce poate fi făcut din nimic. Să facem din această *viață de orfan* o *viață de [suflet] regăsit*.

Deși guvernează atât de multe arii din viața noastră, rar se vorbește deschis despre apartenență³. Ca și atunci când este vorba

¹ *Momentum* = lat. termen științific ce desemnează „cantitatea” de mișcare înscrisă într-un corp, masă în mișcare. Orice corp în mișcare are *momentum* definit de masa obiectului și viteza cu care acesta se deplasează. Impuls, imbold. (N. red.)

² În original, en. *orphaned*. (N. red.)

³ În original, en. *belonging*. (N. red.)

despre suferință, moarte sau inadecvare, suntem direcționați să credem că a simți lipsa de apartenență¹ este ceva rușinos și ar trebui ascuns vederii. Ironia cea mai mare este că, deși cultura modernă suferă de o epidemie de alienare, mulți dintre noi ne simțim singuri în trăirea acestei lipse de apartenență, ca și cum tot restul lumii face parte din ceva și doar noi suntem singurii rămași pe dinafară. Iar a rămâne tăcuți în legătură cu experiența înstrăinării este, în mare parte, tocmai ceea ce îi permite să se perpetueze.

Trăim vremuri fragmentate, cu rasism, sexism, xenofobie și alte forme sistemice de segregare în creștere peste tot în lume. Nici când nu am mai trăit asemenea seismice migrații ale populației umane peste granițe, cum se întâmplă acum. Iar provocările integrării sunt vaste și complexe, și vor continua să fie și pentru generațiile viitoare. Astăzi ne aflăm într-un punct critic, divizați de-o parte și de alta a rifturilor produse de politică, clasă, gen și rasă. În felul ei tăcut, apartenența este conversația centrală a timpurilor noastre.

Cu siguranță, unul dintre cei mai influenți factori motivaționali în propria mea viață, dorul de a aparține², m-a modelat în moduri de care am fost în mare parte inconștientă, până când, în cele din urmă, m-a luat de păr și m-a tras adânc în dimensiunea ei înfricoșătoare. Cartea aceasta este jurnalul de călătorie al inițierii mele, care a durat ani și a presupus trecerea prin porți aparent nefârșite, iar fiecare trecere a cerut renunțarea la ceva prețios pentru mine. Așa că îți scriu nu ca o expertă în apartenență, ci ca o orfană care avea nevoie să descopere că mai erau încă multe de pierdut înainte de a fi regăsită.

Există multe tipuri diferite de apartenență. Prima dintre ele este apartenența la o comunitate sau apartenența geografică. Însă pentru cei mai mulți dintre noi, dorul de a aparține începe în propriile familii. Apoi este dorul de a aparține care apare în intimitate cu o altă persoană, în sanctuarul relației și apartenența

¹ În original, en. *unbelonging*, tradus prin „lipsă de apartenență”. (N. red.)

² În original, en. *longing to belong*, tradus prin „dorul de apartenență”, „dorul de a aparține”. (N. red.)

pe care tânjim să o simțim legat de sensul vieții sau vocație. Mai este și dorul spiritual, de a aparține unei căi sau unei tradiții, dorul de a ști și de a participa la cunoașterea ancestrală. Și, deși s-ar putea să nici nu observăm cum separarea de ele ne influențează, purtăm în noi și dorul de a fi acasă în propriile noastre corpuri.

Există și forme mai subtile de apartenență, ca cea pe care trebuie, în cele din urmă, să o creăm cu propria noastră poveste de viață și cu darurile care s-au făurit din ea. Și, dacă privim dintr-o perspectivă mai largă, există o apartenență la pământ, pe care o simțim (sau nu) în inima noastră. În cele din urmă, există marea apartenență, care ar putea fi cea mai persistentă și nebuloasă dintre toate: dorul de a aparține unui „ceva mai mare” care dă sens vieților noastre.



Podul Viu

În nord-estul Indiei, sus, în munții Meghalaya, musonii de vară sunt torențiali, iar râurile care trec prin văile sale se umflă sălbatic, imprevizibil, ceea ce face traversarea lor imposibilă. Cu secole în urmă, sătenii au găsit o soluție ingenioasă. Au plantat pe malul râului un arbust cățărător (smochin epifit – n. trad.) și au început să-i îndrepte rădăcinile întortocheate peste râu până când s-au prins de malul celălalt.

Printr-un proces lent de împletire și țesere a rădăcinilor împreună, sătenii au creat un pod viguros și viu care putea rezista potopului adus de ploile de vară. Dar pentru că era o muncă imposibil de finalizat pe durata vieții unui om, cunoașterea despre împletirea și îngrijirea rădăcinilor era transmisă fiecărei noi generații care continua să păstreze vie practica, astfel contribuind la ceea ce azi a devenit o rețea încântătoare de poduri vii de-a lungul văilor din Meghalaya¹.

Considerând podul viu ca metaforă pentru ce este apartenența, ne putem imagina că suntem blocați pe malul unui râu periculos,

¹ *Human Planet*, „Rivers: friend and foe” (2011), BBC One.

dorindu-ne să fim conectați cu ceva mai mare care se află pe celălalt mal și la care nu putem ajunge. Fie că tânjim după găsirea locului nostru, a tribului nostru sau a unei relații semnificative, dorul de a aparține este cea mai puternică și tăcută motivație din spatele atât de multor ambiții de-ale noastre.

În perioada în care mă ocupam de lucrul cu visele, am descoperit acest dor de apartenență ca fiind miezul întrebărilor la atât de mulți oameni. Este dorul de a fi recunoscuți pentru darurile proprii, dorul de a fi bineveniți în iubire și înrudire, de a simți că putem avea un sens și că putem fi de folos comunității noastre. Însă este și dorul de a ne deschide către dimensiunea sacră a vieții, de a ne simți în serviciul a ceva nobil, de a trăi în magie și uimire.

Alienarea, sora întunecată a apartenenței, este atât de atotcuprinzătoare, încât am putea-o numi chiar epidemică. Suntem mai conectați tehnologic unii cu alții decât am fost vreodată și, cu toate acestea, niciodată nu am fost mai însingurați și mai înstrăinați. Suntem generațiile care nu au primit o moștenire de cunoaștere ce ar putea să refacă podul viu ce ne-ar conecta înapoi la apartenență. Dar ce e și mai rău este că, în amnezia noastră, adesea nici nu știm ce ne lipsește.

Din ce în ce mai mult, interacțiunile noastre cu ceilalți sunt înlocuite de mașinării. Fie că este prin comunicare digitală, roboți pentru servicii clienți sau aparate în locul caselor de marcat, acolo unde obișnuiau să fie oameni, devenim captivi ai erei mecanice. Suntem reduși la a fi consumatori, angrenaje în mașinăria creată de interesul corporatist căreia îi suntem supuși. Această mare și adesea ascunsă entitate este o parte substanțială din ceea ce contribuie la dezumanizarea noastră, dându-ne sentimentul că suntem ușor de înlocuit. Nu iubim mașinăria și nici mașinăria nu ne iubește pe noi.

Încercăm să mergem mai departe și să ne aducem mica noastră contribuție la coregrafia mecanică a lucrurilor, dar lipsa de sens ne îmbolnăvește. Inconștient simțim că există *ceva mai mare* de care ne este dor să aparținem. Și, deși s-ar putea să nu

putem articula ce este, îi percepem pe cei care aparțin acestui *ceva mai mare* în timp ce noi privim dinafară.

Tânjim să ni se simtă absența din cercul de care aparținem. Și asta ne otrăvește pe dinăuntru. Deși încercăm să ne menținem ocupați, singurătatea ascunsă pe dedesubt este rareori domolită. La prima suflare a tăcerii, se adună în noi o alienare atât de mare, încât amenință să ne înghită cu totul. Nu contează cât de mult acumulăm sau realizăm, durerea ascuțită a lipsei de apartenență continuă să ne străpungă din interior.

Așa că ne trăim viața ca și cum ar fi un proiect de [veșnică] îmbunătățire, încercând să devenim utili, admirați, impenetrabili sau pricepuți. Meșterim continuu la a tăia orice parte din noi care ne-ar putea împiedica să ne adaptăm. Pe măsură ce această „dezvoltare personală” ne invadează sălbăticia interioară, visele și conexiunea noastră cu ce este sacru suferă. Pe măsură ce ne punem toate resursele în serviciul dorului inconștient de a aparține, ne simțim din ce în ce mai puțin *acasă*.

Acesta este punctul nostru de plecare: tocmai în cruda fisură a pierderii noastre, coborând adânc în această tânjire suferindă de a ne găsi locul în familia a tot ceea ce este. Înainte de a ne întreba cum să ne vindecăm înstrăinarea, trebuie să ne scufundăm mai întâi în rană și să devenim ucenicii ei. Trebuie să intrăm profund în întrebarea despre „ce ne-a lipsit”. De ce anume suntem privați? Doar coborând în acel dor sacru putem întrezări maiestuoșitatea a ceea ce suntem meniți să devenim.

Visându-ne acasă

Ființele umane au un impuls natural de a venera acel „ceva mai mare” care ne ține laolaltă, însă în societatea modernă trăim într-un fel de fundătură spirituală unde darurile noastre ne servesc doar nouă. Spre deosebire de multe culturi șamanice care practică lucrul cu visele, ritualul și ofranda ca recunoștință, vesticii au uitat ceea ce indigenii înțeleg a fi fundamental: că

lumea aceasta își datorează viața nevăzutului. Fiecare sezon de vânătoare și fiecare recoltă, fiecare moarte și fiecare naștere este celebrată cu ornamente și ceremonii dedicate celor nevăzute care au făcut-o posibilă, hrănind înapoi ceea ce ne hrănește. Cred că alienarea noastră este, de fapt, uitarea acestei reciprocității.

Deși fiecare cultură are propriile mitologii, modul animist de a vedea lumea este acela de a ști că spiritul locuiește în tot... nu doar în „oamenii umani”, ci și în „oamenii cu patru picioare”, în cei care se înalță falnici spre cer, în cei cu pene, care văd în depărtare, în puternicii și tăcuții „oameni stâncă”, în acei munți visători, adormiți și în „oamenii rău”, cei *mereu-dornici-de-conversație*. Uneori e posibil să surprinzi spiritul chiar și în arcuirea unei căni de ceramică.

În vreme ce culturile animiste trăiesc în reciprocitate cu ceea ce autorul și șamanul mayaș Martín Prechtel numește „ceea ce e sacru în natură”, noi am devenit o cultură orbită de literalitate și raționalism. Separați de mit și de viața simbolică, poveștile noastre personale își pierd sensul într-o perspectivă colectivă mai largă. Atrofiată de această separare, la fel se întâmplă și cu abilitatea noastră de a ne imagina, de a fi uimiți și de a vizualiza un drum înainte.

Fiecare dintre noi însă are portalul său privat care îl poartă înapoi către înrudirea sa cu misterul: viața trăită în timpul viselor. Practica lucrului cu visele este un mod puternic de a ne împleti înapoi în relație intimă cu ceea ce suflăm numesc Preaiubitul: acea coerență divină, acea sacralitate a naturii, în care toate ființele își au originea. Pe măsură ce ne amintim de ea și ea își amintește de noi. Ca podul viu dintre două maluri, conversația [cu această coerență divină] este practica apartenenței noastre la *împreună*. Pe tot parcursul acestei cărți voi împărtăși vise, ale mele și ale celor care, cu bunăvoință, și-au dat acordul, vise care ilustrează minunat diferitele porți pe calea către apartenență.

După cum înțeleg eu, visarea este natura „naturând” prin noi. Asemeni copacului care face fructe, asemeni plantei care se exprimă pe sine prin flori, și visele rodesc din noi. Producerea

de simboluri și povești este o necesitate biologică. Fără vise nu am putea supraviețui. Și, deși putem să trecem prin viață fără să ne amintim visele, o viață ghidată și modelată de visare este o viață care urmează cunoașterea înăscută a pământului. Pe măsură ce învățăm să urmărim instinctele sălbăticei noastre interioare, respectându-i acordurile și dezacordurile, ne dezvoltăm și capacitatea de a percepe subtilul. Această sensibilitate este ceea ce ne face poroși și poligloți – ne pune în conversație cu nenumăratele limbi ale lumii din jurul nostru.

Sensibilitatea este privilegiul și responsabilitatea reamintirii. Oscar Wilde scria: „un visător este cel care își poate găsi drumul la lumina lunii, iar pedeapsa lui este că vede răsăritul înainte de restul lumii”¹. Pe măsură ce ajungem să înțelegem simetria dintre peisajul exterior și sălbăticia interioară, nu putem să nu deplângem modurile în care propria noastră natură a fost temperată, denigrată, frântă prin supunere și, în multe cazuri, eradicată din memorie. Începem să recunoaștem modurile în care suntem complici la această apocalipsă tăcută, care are loc atât înăuntru, cât și în afară. Doar dintr-un astfel de loc al pierderii și al dorului putem începe să ne amintim drumul spre *acasă*.

Această carte este o încercare de a pune în lumină ceea ce înțeleg eu a fi definiția mai largă a lucrului cu visele, și anume practica de a împleti un pod viu între văzut și nevăzut – o strădanie care poate fi făcută doar cu răbdare, cu abilitatea de a trăi suferința și jalea² și cu disponibilitatea de a-ți asuma un rol în felul în care se desfășoară lucrurile, chiar dacă nu vei mai trăi ca să-i vezi beneficiile. Aceasta este practica apartenenței.

Prin această scriere sper să te scutesc pe tine, călător curajos, de unele dintre confuziile care apar pe această cale inițiativă. Te voi introduce, așa cum și eu am fost introdusă, în diferitele chipuri ale apartenenței și în felurile în care am ajuns să ne în-

¹ Vezi în acest sens și cartea *Portretul din Oglindă. De Profundis* (Oscar Wilde). *Oscar Wilde și eu însumi* (Lord Alfred Douglas), Editura Herald, București, 2021. (N. red.)

² În original, en. *grief*, tradus prin „suferință” și „jale”. (N. red.)

străinăm de ele. Ne vom uita la influențele care ne determină să devenim versiuni diminuate ale noastre, aceiași factori care ne seduc în a ne stabili reședința într-o „falsă apartenență”. Ne vom întâlni cu arhetipul exilatului și apoi vom coborî în dimensiunea exilului, un parcurs ca o eroziune dureroasă, dar necesară, până la apartenența adevărată. Acolo ne vom întâlni cu necunoscutul dinăuntru, care vrea să ne aparțină. Acesta este marele demers pe care-mi place să-l numesc Reamintire. Cei mai mulți dintre noi ne gândim la apartenență ca la un loc mitic, pe care, dacă-l căutăm stăruitor, îl vom găsi într-un final. Dar dacă apartenența nu este deloc un loc, ci o abilitate, un set de competențe pe care noi, în viața modernă, le-am pierdut sau le-am uitat? La fel ca podul viu, aceste competențe sunt modurile în care ne putem împleti cu și îngriji de rădăcinile separării din noi – și făcând asta, ne restabilim calitatea de membri [în cercul] apartenenței.



Capitolul 2

Originile Înstrăinării



La fel ca pentru mulți alții, căutarea apartenenței a început și pentru mine cu un sentiment de alienare. Îmi amintesc de o scenă recurentă care se petrecea în timp ce luam cina în familie, când, după un episod care mă rănea, alergam pe scări către camera mea, în lacrimi, dorindu-mi cu disperare ca mama să vină după mine și să mă îndemne cu blândețe să mă întorc la masă. Dar mama nu venea niciodată. Și atunci eu mă strecuram înapoi pe scări, până lângă bucătărie și ascultam în secret cum familia mea continua să ia cina fără mine, în timp ce burtica mea chiorăia de foame.

Deși fiecare dintre noi avem o versiune proprie de *așteptat pe scări*, în esență, lipsa de apartenență se simte pentru noi toți ca și cum am rămâne pe dinafară. Lipsa de apartenență este credința chinuitoare că nimeni nu are nevoie de tine, că viața nu te consideră necesar. Când nimeni nu vine după tine cu invitații, ți se confirmă cele mai îngrozitoare frici, iar asta te împinge și mai adânc în exil, chiar către chemarea rece a morții.

Simbolic vorbind, mi-am petrecut mulți ani din viață *așteptând pe scări*: înfometată după iubire, îndurerată că absența mea nu este remarcată, dorindu-mi ca cineva să mă cheme înapoi, dorindu-mi să aparțin. Când plecatul de la masă nu a fost suficient pentru ca familiei mele să i se facă dor de mine, plecările mele au devenit tot mai îndepărtate, mai lungi și, în cele din urmă, totale.

Când aveam 9 ani, am găsit o casă părăsită în care am încercat să locuiesc. Am găsit un mic spațiu între cele două stinghii bătute-n cuie peste ușa din spate și le-am desprins ca să pot intra. De-a lungul mai multor săptămâni am adunat lucruri care ar fi putut aduce strălucire în acea ascunzătoare sumbră și putrezită. Am găsit o mătură și am strâns dărâmăturile. Mă furișam acolo cu gustări și desenam imagini pe pereți. Niște mobilă ruptă era de ajuns pentru mine, iar pentru o vreme, m-am jucat pretinzând că sunt de-adevăratelea plecată.

Acest impuls timpuriu ar fi putut fi primul semn că ceva în mine voia să se separe, să se deosebească de familia mea de