

LBDIS

We know
books

CES SOUVENIRS QUI NOUS GOUVERNENT
LES INTERPRÉTER, LES COMPRENDRE

Patrick Estrade

© Editions Robert Laffont, Paris, 2006

TRECUTUL CARE NE URMĂREȘTE
CUM SĂ NE INTERPRETĂM
ȘI SĂ NE ÎNȚELEM AMINTIRILE

Patrick Estrade

© 2026 – Editura PHILOBIA

ISBN: 978-630-6614-63-9

internet: www.philobia.com
e-mail: contact@philobia.com

Editor: Bianca Biagini
Traducător: Corina Iordănescu
Redactare: Dorina Oprea
Corectură: Oana Țăranu
DTP & Copertă: Cătălin Furtună

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
ESTRADE, PATRICK

**Trecutul care ne urmărește : cum să ne interpretăm și să ne înțelegem
amintirile / Patrick Estrade ; trad. din lb. franceză de Corina Iordănescu. –
București : Philobia, 2026**

ISBN 978-630-6614-63-9

I. Iordănescu, Corina (trad.)

159.9

Patrick Estrade

TRECUTUL CARE NE URMĂREȘTE

Cum să ne interpretăm
și să ne înțelegem amintirile

Traducere din limba franceză de
Corina Iordănescu

philobia

Cuvânt-înainte.....	5
Un avertisment.....	8
Vrei să jucăm un joc?.....	8
Primele mele trei amintiri.....	9

I. AMINTIRI, AMINTIRI

O lume de o infinită complexitate.....	11
O greșală din tinerețe.....	12
Arta de a „citi” amintirile.....	13
Complexitatea amintirilor.....	15
Amintirile sunt urma delicată lăsată de ce am trăit.....	17
Obiectele asociate amintirilor.....	20
Sunt amintiri și amintiri.....	21
Amintirile din copilărie nu lasă pe nimeni indiferent.....	22

II. ÎN STRĂFUNDURILE AMINTIRILOR

1. Visele și amintirile.....	27
Moștenirea freudiană.....	27
Perspectiva lui Alfred Adler.....	29
<i>Există o legătură între amintirile timpurii și stilul de viață al unei persoane</i> 30 • <i>Amintirile au aceeași finalitate ca și visele</i> 30 • <i>Amintirile au legătură cu starea în care te afli în prezent</i> 31 • <i>Amintirile evoluează în funcție de stilul de viață al persoanei</i> 32 • <i>Vechimea și tipul primelor amintiri sunt un indiciu al perspectivei asupra vieții</i> 33 • <i>Amintirile din copilărie oferă indicii solide în privința relațiilor cu părinții și cu alți membri ai familiei</i> 33 • <i>Nu facem altceva decât să ne antrenăm pentru arta de a „ghici”</i> 34 • <i>Amintirile ne ajută să ne stabilizăm emoțional</i> 35 • <i>Viața este o extensie a experiențelor familiale</i> 35	
2. Memoria, amintirile și uitarea.....	38
De ce, în general, nu avem amintiri din primii doi, trei ani de viață?.....	38
De ce slăbește memoria odată cu vârsta?.....	40
Memoria istorică și memoria de moment (de lucru).....	42
Un gigantic disc de ceară.....	45
Orice poate deveni o amintire.....	47
Amintiri îngropate, refulate, inventate.....	48
Amintirile pot fi găsite.....	50

3. Sufletul amintirilor	54
Amintirile noastre ascunse au suflet de copil	54
Diada mamă-copil	55
Diada tată-copil	58
Triada mamă-tată-copil	59
<i>Mama și povara nedreptății</i> 59 • <i>Tatăl și frustrările</i>	
<i>colaterale</i> 60 • <i>Copilul, un Oedip și nimic mai mult!</i> 61	
Rolul fraților și surorilor în viața copilului	
și în formarea amintirilor	62
<i>Diferențele</i> 63 • <i>Sentimentele</i> 64	
Rolul bunicii și al familiei extinse în viața copilului	
și în amintiri	65
Copiii din familiile recompuse	66

III. CUM ANALIZĂM ȘI INTERPRETĂM AMINTIRILE DIN COPILĂRIE

1. Nucleul mamă-tată-copil în amintiri	71
<i>Povestește-mi ceva interesant din trecutul tău</i>	71
<i>O selecție neobișnuită</i>	72
Nucleul mamă-tată-copil (nucleul de bază)	73
<i>Amintiri în care nucleul apare în ordinea clasică</i> 74 •	
<i>Amintiri în care elementele nucleului apar</i>	
<i>aleatoriu</i> 74 • <i>Amintiri în care nucleul nu apare</i>	
<i>în ordinea clasică</i> 74	
Corinne îi „alungă” pe bărbați	76
Henri e cam dur cu ceilalți și mai ales cu femeile	78
2. Alte componente active principale ale amintirilor	81
Amintirile referitoare la persoane	
din afara universului familial	81
Amintirile despre animale	83
Amintirile despre locuri	84
Reperete temporale evocate în amintiri	85
Amintirile despre obiecte	86
Amintirile în care intervin simțurile și emoțiile	87
Amintirile legate de traume	88
Amintirile legate de caracterul persoanei	89
Gabriel se lasă foarte ușor dus de val	89
3. Deplasările prezente în amintiri	92
Deplasările exprimate în mod explicit	93
Bertrand și dificultatea de a acționa	96
Deplasările simbolizate	98
Absența deplasărilor din amintiri	99
Deplasările interzise	102

Denis merge în cerc, lui Didier îi e greu să plece	
(concordanța dintre situația actuală și amintiri)	103
Scopul unei călătorii este acela de a reveni	
în punctul de plecare	106
4. Exemple de interpretare a amintirilor din copilărie	108
Vânător de fluturi, transmitător de valori	108
Gérald nu vrea să datoreze nimic nimănui	115
O amintire despre anularea de sine: cazul lui Valérie	117

IV. RĂNILE

1. Povești adevărate, povești false	123
Partea neadevărată a amintirilor noastre	123
Amintirile pe care ni le refuzăm	124
Amintirile care nu ne aparțin („amintirile-cuc”)	128
Amintirile false și manipularea mentală	129
2. Amintirile și traumele	131
Traumele suferite	132
Traumele trăite	134
Traume în care copilul este implicat	
sau la care este obligat să fie părtaș	134
Trauma și accidentul provocate, probabil,	
de un copil	136
Amintirile, abuzurile sexuale, incestul	138
Creierul nostru gestionează intensitatea amintirilor	140
Inconștientul nu recunoaște „marile drame”	142
Amintirile care ne bântuie	143
„Traumatizat” în sinea ta?	145
Negarea și secretul din spatele ei: când suferința	
îi e negată, persoana însăși se simte negată	146
Amintirile despre traume	
și demersurile psihoterapeutice	147
3. Amintirile și sentimentul de vinovăție	150
Destinul unui om se poate schimba	
radical într-o clipă	150
Nu e totul roz în copilărie	151
„Logica vinovăției” în cultura noastră	152
Bernard: povara vinovăției	154
Cum e să trăiești toată viața simțindu-te vinovat?	156
Sentimentul de vinovăție al victimei	157
Cazul lui Paul Vitti	158

4. Rolul terapeutic al amintirilor	162
Amintirile, povestea de viață și imaginea de sine	162
Kathrin: viața într-un ținut necunoscut	163
Copilul de odinioară se îngrijește de adultul de acum	166

V. RECUPERAREA PROPRIULUI TRECUT

1. Cele trei amintiri din copilărie	171
Recapitulare	171
Reacția în fața exercițiului de rememorare	172
Cum te apropii de amintirile din copilărie	174
Principiul nucleului de bază în amintiri	175
<i>Prezența nucleului de bază în amintiri 176 • Nucleul de bază nu este prezent în amintiri 176 • Amintiri care se referă la alte elemente principale 177 • Amintirile despre obiecte sau locuri 177 • Amintirile legate de simțuri și emoții 178 • Amintirile legate de traume 179</i>	
Principiul deplasărilor prezente în amintiri	180
<i>Deplasările clar exprimate 180 • Deplasările simbolizate 181 • Deplasările refuzate 181 • Absența deplasărilor 182</i>	
Întâlnirea dintre principiul nucleului de bază și al deplasării în amintiri	183
2. O cortină care se ridică	186
Inconștientul este un bun administrator	186
Amintirile sunt marca intimității noastre	188
Amintirile reprezintă un extraordinar instrument de autocunoaștere și de dezvoltare personală	189
3. Analiza amintirilor din copilărie în psihoterapie	192
O lume a valorilor și principiilor	192
O explorare a personalității	195
Anticiparea sau confirmarea anamnezei	196
Categoriile de vârstă și sentimentul istoricității	198
Domenii de aplicare și perspective ale metodei	201
O știință a amintirilor	202
Bibliografie	205
Mulțumiri	209

Eram în Vendée, în grădina unchiului Jean și a mătușii Jeanne. Într-un capăt al grădinii se afla o cotinează. Era o zi însorită, purtam pantaloni scurți. Plasa pentru fluturi era fixată pe un suport metalic rotund și avea un mâner lung de lemn. Nu mai știu dacă era roșie sau galbenă, dar știu că avea o culoare aprinsă și era un pic rigidă, ca și cum ar fi fost îmbibată în amidon.

A doua amintire care mi-a venit în minte este momentul în care sora mea, Annick, care se urcase în spatele lui Yves, fratele meu, a căzut pe scări și și-a rupt un canin de sus.

Întâmplarea s-a petrecut în casa în care am locuit când eram foarte mic. Din câte îmi amintesc, scara era destul de abruptă. Nu aveam toaletă la etaj, trebuia să cobor la parter și de multe ori mi se făcea frică noaptea dacă trebuia să mă dau jos din pat să merg la baie.

Eu, unul, nu-mi aduc aminte cum s-a întâmplat, dar mi s-a spus că sora mea a căzut fiindcă i-am gădilat și s-au dezechilibrat. Acel dinte rupt a fost pentru ea o adevărată tragedie... și mulți ani după aceea a refuzat să zâmbească în poze. Pentru mine a fost, probabil, începutul unei lungi istorii de autoresponsabilizare și vinovăție.

A treia amintire este cea în care mama a început să plângă dintr-odată, lângă mine, în timp ce eram la piață.

Era o piață acoperită, în Place de la Libération din Nisa. Eram doar noi doi. Eu eram foarte mic, foarte emoționat și îi spuneam: „Nu mai plânge, mami...”

Deocamdată, experimentul nostru se oprește aici. Desigur, poți reveni asupra oricăreia din amintirile tale ori de câte ori dorești și le poți analiza cu ajutorul instrumentelor pe care ți le voi oferi în continuare. Voi mai spune câteva cuvinte și despre evocările mele, dar ceva mai târziu.

Prima parte

AMINTIRI, AMINTIRI

„Viața nu este despre ceea ce ai trăit, ci despre ce îți amintești și cum îți amintești.“

– Gabriel García Márquez

(„A trăi pentru a-ți povesti viața“)

O lume de o infinită complexitate

Între noi fie vorba, consider că, din foarte multe puncte de vedere, am o meserie minunată. Oamenii îmi cer ajutorul și mă lasă să intru în lumea lor, o lume de o infinită complexitate și chiar de o extraordinară frumusețe, chiar și atunci când evenimente foarte dramatice îi determină să apeleze la mine. Dacă se stabilește o relație de încredere între noi, e ca și cum pacienții îți lasă cheile de la casa sau de la apartamentul lor și poți intra și te poți plimba pe-acolo fără nicio restricție. Trebuie să menționez, totuși, că psihoterapeutul nu deschide aceste uși dintr-o curiozitate bolnavă. El se află în slujba pacientului.

Evident, acest gen de încredere nu se construiește dintr-odată. N-ar fi bine nici pentru pacient, nici pentru terapeut, care și-ar da seama că ceva nu funcționează în procesul de transfer terapeutic. Oricât de măgulitor ar fi pentru orgoliul psihologului, o încredere absolută din partea pacientului nu este întotdeauna un semn bun. Încrederea se bazează pe ceea ce transmiți tu ca specialist, dar și ca om. Prin urmare, ea este eminentemente „subiectivă“. Fiecare are modul său personal de a crea premisele necesare pentru construirea relației de încredere cu pacientul. La aceasta contribuie,

desigur, atmosfera din cabinetul de consultații, clădirea în sine, sala de așteptare, camera în care te primește. Apoi e vorba despre cât de empatic este, dar și de modul în care îți vorbește și pune întrebări. În plus, contează ceea ce știi despre specializarea sa profesională (orientarea psihologică sau psihanalitică căreia îi aparține sau la care face referire) și ce lasă să se întrevadă despre viața sa privată (ce pasiuni are, ce preocupări, ce îi place să citească etc.). Nu în ultimul rând, e vorba și de transformările prin care a trecut și care te-ar putea inspira, cu alte cuvinte, de acțiunile și eforturile de dezvoltare personală pe care le face el însuși. În cadrul unui colocviu pe teme de psihologie la care am participat la Berlin, unul dintre vorbitori a spus la un moment dat următorul lucru: „Nu putem învăța de la un psihoterapeut ceea ce el însuși nu a fost capabil să realizeze“. Această frază succintă a fost ca o revelație pentru mine și m-a făcut să conștientizez în acel moment ce mă aștepta ca psiholog. Am înțeles din această afirmație că noi, studenții, avem obligația să nu ne limităm la a oferi consultații și să nu încetăm niciodată să învățăm.

O greșală din tinerețe

Dintre toate poveștile de viață pe care pacienții le încredințează psihoterapeuților, amintirile sunt poate cele mai impresionante. Când eram încă în perioada de formare ca psihoterapeut, nu eram pe deplin conștient de acest lucru. Pentru mine, amintirile care îmi erau relatate reprezentau un element de anamneză necesar pentru stabilirea unui diagnostic sau poate pentru confirmarea unei nevroze. Mi-e greu să recunosc, dar cred că pe vremea aceea le ceream pacienților să-mi povestească o amintire din copilărie cam pe același ton ușor indiferent cu care un medic îți spune să te dezbraci. Și totuși citisem că Alfred Adler își ruga de fiecare dată noii pacienți să-i povestească prima lor amintire¹, ceea ce ar fi trebuit să-mi atragă atenția asupra importanței rememorării

¹ „În ce mă privește, nu încep niciodată să explorez personalitatea unui individ înainte de a-i cere să-mi relateze prima sa amintire“, *What Life Should Mean to You*, Capricorns Books, G. P. Putnam's Sons, New York, 1958, p. 125.

copilăriei. Dar nu, am ignorat acest lucru. Abia mai târziu, de-a lungul următoarelor luni, am devenit mai atent și am început treptat să înțeleg limbajul amintirilor și să le descopăr rolul esențial.

În anii uceniciei mele berlineze, am ascultat cel puțin două mii de amintiri ale pacienților, poate și mai multe. Însă dincolo de faptul că le-am ascultat, pur și simplu, ceea ce mi-a fost de un real folos a fost să deprind arta de a le interpreta în raport cu povestea de viață, în ansamblu, a persoanei respective. După ce am revenit în Franța, la începutul anilor '80, mi-am rafinat metoda de înțelegere și interpretare a amintirilor din copilărie până când mi-am dat seama că dezvoltasem un instrument psihologic și psihoterapeutic destul de personal.

Arta de a „citi“ amintirile

„Citirea“ amintirilor este o artă care necesită o pregătire similară cu tehnica anamnezei, colectarea de date care permite unui medic să stabilească un diagnostic. Întrebările pe care le pui trebuie să te orienteze foarte repede în direcția bună fără să bruschezi sau să rănești pacientul, ceea ce i-ar activa imediat mecanisme de rezistență și ar trimite practicianul pe piste false.

Îmi amintesc că profesorul Josef Rattner de la Institutul de psihologie analitică din Berlin compara încântat această artă cu abilitățile combinate ale lui Sherlock Holmes, Sigmund Freud și Mefisto. Sherlock Holmes, pentru excepționala sa știință de a pune lucrurile cap la cap pentru a ajunge la cele mai neașteptate și spectaculoase asocieri, dar și pentru geniul său umil de a face deducții („Elementar, dragă Watson!“). Freud – pentru conceptul de „atenție flotantă“² sau suspendată, adică abilitatea de a nu te concentra exclusiv asupra discursului simptomatic al pacientului, ci de a analiza persoana în integralitatea sa și de a asculta cu cea mai mare atenție. Să nu uităm, așadar, nici de spiritul mefistofelic, ca să nu cazi pradă unei des întâlnite tentații dihotomice, care te

² „Conform acestei tehnici, nu trebuie să dăm o importanță deosebită niciunui dintre lucrurile pe care le auzim, ci să le acordăm tuturor aceleași atenție liberă, «flotantă»“. *La technique psychanalytique*, sfaturi pentru medici, PUF, Paris, 1953, p. 63.

face să gândești doar în termeni de bine sau rău și să înveți să accepți că binele și răul pot coexista, așa cum viața ne demonstrează uneori atât de clar.

Aș adăuga acestui trio perspectiva unui fenomenolog. În filosofie, fenomenul este acel lucru imediat și sensibil care atrage atenția. Perspectiva fenomenologică presupune deci să punem între paranteze cunoștințele și proiecțiile noastre și să absorbim, pur și simplu, cu *ingenuitate*, ceea ce ne este dat să vedem și să auzim. Nu e vorba deci de a explica, ci de a înțelege³.

Datorită acestor cvadruple dimensiuni, am învățat, de-a lungul anilor, să privesc amintirile cu alți ochi și trebuie să spun că am fost recompensat peste măsură. În timp, am reușit să elaborez o metodologie de abordare practică a amintirilor care mi-a permis să ajung rapid la miezul problemelor cu care se confruntau pacienții. Dacă unii păreau surprinși de interpretarea și de contextualizarea mea, adesea rămâneam eu însumi uimit, ceea ce mă făcea să devin și mai prudent și vigilent în privința acestui instrument de lucru pe cât de fascinant, pe atât de periculos. La intervale regulate, îmi răsuna în minte avertismentul lui Nietzsche, pe care îl întorceam pe toate părțile: „Căile considerate «cele mai rapide» au fost cele care au pus întotdeauna omenirea în fața celor mai mari pericole; atunci când află vestea bună că a apărut o cale aparent mai scurtă, umanitatea renunță mereu la drumul ei și se rătăcește.”⁴ Așa că n-am fost chiar atât de nefericit când, în 1990, o conferință pe tema interpretării amintirilor, pe care trebuia s-o susțin la Centrul universitar mediteranean din Nisa, a fost anulată. Am tras concluzia că metodologia mea trebuia să se mai maturizeze, căci încă nu îi venise vremea.

³ A devenit celebră definiția dată de Wilhelm Dilthey atunci când încerca să facă distincția între științele naturii și științele spiritului: „Natura o explicăm, în timp ce psihicul îl înțelegem”. W. Dilthey, *Introduction à l'étude des sciences humaines*, PUF, 1942, Paris, p. 154.

⁴ Friedrich Nietzsche, *Aurora. Reflexions sur les préjugés moraux*, Hachette Littératures, „Pluriel”, Paris, 2004, § 55, p. 65.

Complexitatea amintirilor

Atunci când nu sunt sechele ale unor evenimente cumplite, amintirile din copilărie reprezintă extraordinare refugii afective, uluitoare, surprinzător de amuzante, inteligente, năstrușnice și pline de tandrețe. Prin intermediul lor, viața ni se înfățișează în toată simplitatea ei. Dar și cu multitudinea fațetelor ei. Ceea ce e cât se poate de firesc. Câte vieți am trăit într-una singură? Trei, cinci, zece, mai multe? Dacă mă uit la parcursul meu de până acum, pot să număr vreo unsprezece. Casa în care m-am născut, prima mutare, școala primară, perioada de catehizare, internatul, viața de adolescent, perioada berlineză, viața cu M. (o femeie care a fost alături de mine în anii 1970), stabilirea la Nisa și începutul activității profesionale, viața alături de soția și fiul meu, viața mea de autor. Fiecare dintre acestea a contribuit la transformarea, puțin câte puțin, a copilului, a tânărului din mine, apoi a bărbatului care sunt acum. Evident, câte felii de viață îmi mai rămân de trăit în continuare, n-am cum să știu și, ca să fiu sincer, nici nu mă preocupă prea mult.

E greu de imaginat complexitatea intrinsecă a amintirilor pe care le poate auzi un psihoterapeut. Sinceritatea, profunzimea și emoția sunt prezente întotdeauna. Sunt adevărate bijuterii, minunății de artefacte pline de originalitate, istorii țesute parcă din dantelă, fiindcă sunt spuse cu inima. Inima unui copil. Când vorbim de amintirile din copilărie, vorbește în primul rând copilul din noi. Acel copil pe care ne străduim să-l ascundem ne ia de mână și ne poartă spre trecut: „Ia zi, îți aduci aminte?“, întreabă copilul. „Încetează“, răspunde adultul, „nu-mi pasă, ce a fost a fost“ (adultii cred cu tărie că au altceva de făcut în loc să-și amintească de *flea-curile* din trecut). „Nu-ți pasă? Nici măcar nu e adevărat“, continuă copilul din amintirea noastră. „Dac-ai ști, totuși, ce porți cu tine!“ Fie că recunoaștem sau nu, petrecem mult timp gândindu-ne la copilărie. Ne ține legați de ea prin mii de fire nevăzute. Iar aceste fire sunt amintirile pe care le avem.

Ele sunt marca indisolubilă a individualității noastre, semnătura personală, unică, dovada că ceea ce am trăit ne-a aparținut cu adevărat și nu va aparține niciodată altcuiva. Suntem tot ceea ce ne amintim și tot ce nu ne amintim, adică tot ce rămâne în noi

în pofida a tot ce s-a întâmplat, fiindcă memoria noastră emoțională engramează sentimentele (*engramarea* este întipărirea unei senzații în memorie).

Sunt boacănele pe care le-ai făcut când erai copil, secretele lui Polichinelle, primele iubiri, minciunile pe care părinții nu le-au aflat niciodată sau situațiile în care ai ieșit din cuvântul lor. De curând, o tânără mi-a povestit râzând în hohote cum și-a păcălit părinții aducându-l acasă pe prietenul ei de-atunci, în ciuda faptului că îi interziseseră, și cum a reușit o dată să-l scoată din casă când mama ei s-a întors pe neașteptate. Râdea cu lacrimi amintindu-și cum a trebuit să-l ducă dintr-o cameră în alta, până la ieșire, în timp ce își atrăgea mama în cealaltă parte a casei, ca să-i distragă atenția, cu tot felul de întrebări, unele mai caraghioase decât altele.

Șotii, aventuri amoroase, secrete, minciuni... dar și pseudopericole înfruntate.

Când eram copil și mergeam la plimbare cu părinții, inventam tot felul de jocuri care, privite cu ochii de acum, îmi par tot atâtea ritualuri superstițioase. Bieții mei părinți nici nu știau de câte catastrofe cumplite am scăpat cu toții, cu fiecare pas pe care îl făceam. Miza era atât dramatică, cât și foarte clară. Așa cum se întâmpla și la jocul de șotron, pantoful meu nu avea voie, sub nicio formă, să atingă liniile trase pe asfaltul de pe trotuar. O singură greșeală și totul era pierdut! Poate părea un joc simplu la prima vedere. Poate crezi că e suficient să ai o anumită cadență a pașilor? Dar nu te gândești la toate obstacolele care-ți ies în cale! Un câine mare vine alergând spre tine, un grup de oameni mari îți apare din față, te împiedici, un cărucior de copil apare din sens opus, iar tu trebuie să îți cont în fiecare clipă de toate aceste chestii neprevăzute și să ai grijă mereu la pașii tăi, să calculezi distanța dintre pașii dinainte și să îți cont de următorii, să te pregătești să faci un pas de uriaș ca să prinzi centrul următorului pătrat, ca să fii ceva mai relaxat când ajungi la cel din față. Kafka și Shakespeare la un loc! Dacă nu respectam regula, cele mai groaznice consecințe s-ar fi abătut asupra mea și a familiei mele: un accident de mașină, o boală chinuitoare, o moarte subită... Și când, în cele din urmă, venea momentul de care mi-era frică, și nu se întâmpla nicio nenorocire, îmi spuneam că salvarea noastră s-a datorat doar nesfârșitei milostenii a bunului Dumnezeu.

Și acum mi se mai întâmplă să mă gândesc la acest joc când merg pe câte-un trotuar. Caut acea senzație delicios de periculoasă pe care o aveam atunci. Și ca să spun adevărul până la capăt, când mă uit la oameni pe stradă, mi se pare uneori că unii dintre ei au aceeași ezitare.

Amintirile sunt ca niște lanțuri care ne țin legați de o anumită impresie pe care o avem despre noi, dar reprezintă și un neprețuit și rar spațiu de libertate. Un spațiu privat în care nimeni nu poate pătrunde fără consimțământul nostru. Ceea ce nu contenește să-i agaseze pe unii părinți sau parteneri extrem de insistenți care ar vrea să ne controleze chiar și gândurile și amintirile: „La ce te gândești?“, „La nimic, la nimic...“, răspundem noi, afundați în nostalgii. Nu scoatem niciun cuvânt. În cel mai bun caz, spunem o minciună sau niște fleacuri, ca să scăpăm cât mai repede...

Amintirile sunt urma delicată lăsată de ce am trăit

Toată viața noastră este învăluită în amintiri. Ele sunt învelișul nostru interior. Și, cu toate acestea, suntem foarte departe de a ne putea imagina ce se ascunde în spatele aducerii aminte. Pe de o parte, fiindcă e vorba de un act, probabil extrem de obișnuit, iar pe de alta fiindcă se joacă adesea cu limitele inconștientului. De fapt, în viața de zi cu zi, sunt rare ocaziile în care amintirile ne revin în minte în mod conștient. Un miros, o imagine, un sunet, un eveniment întâmplător ar putea trezi, eventual, ceva ce seamănă cu o amintire, dar ar trebui s-o putem „conștientiza“, s-o lăsăm să iasă la suprafață și să ne învăluie cu totul, ceea ce nu facem fiindcă n-avem timp sau fiindcă nu e momentul potrivit. (În ce mă privește, mi-ar fi greu să mă angajez într-o astfel de activitate în timp ce-mi fac cumpărăturile sau sunt blocat într-un ambuteiaj în trafic). Doar în anumite momente de relaxare, de repaus sau de abandon (într-o sală de așteptare, în autobuz, într-o călătorie cu trenul...) ne lăsăm în voia amintirilor, uneori chiar fără să ne dăm seama.

Când suntem în stare de semiveghe, inconștientul se joacă de-a v-ați ascunselea cu mintea conștientă. Iată, mirosul ăsta de cafea caldă... îmi amintește de cel pe care îl simțeam când mă

întorceam de la sală și mama mă aștepta ca să mergem la piață... Abia conștientizate, amintirile ies la iveală, ne ating ușor, ca un pește care se apropie de cârligul undiței, fără să îndrăznească, totuși, să-l muște. Vârful lor tresaltă, scoate capul pentru o clipă, însă nu reușește să ne atragă atenția mai mult decât atât. Iar asta e un lucru bun, căci dacă ne-am conștientiza amintirile sistematic, ne-am simți hărțuiți, copleșiți, am ajunge prizonierii lor și n-am mai putea trăi. Inconștientul nostru știe ce face. El le selectează în locul nostru.

Iată ce spunea filosoful francez Henri Bergson: „Lucrurile se petrec mai degrabă ca și cum creierul ar avea rolul de a ne trezi amintirile și nu de a le păstra. [...] Acesta este rolul creierului în procesul de memorare: el nu servește la conservarea trecutului, ci mai întâi îl ascunde, apoi lasă să iasă la suprafață doar ce este util din punct de vedere practic.”⁵

Creierul nostru activează amintirile în funcție de ceea ce am trăit, la nivel conștient sau inconștient, selectându-le în funcție de un criteriu clar: s-a întâmplat sau nu s-a întâmplat acel lucru. Este o regulă care aduce cu regula de aur din teatrul clasic: un loc, un interval de timp, o acțiune... și așa adăuga eu, un sentiment. Căci, ca să existe o amintire, trebuie să existe un sentiment, oricât de vag.

„Să simți ceea ce ai simțit deja, asta înseamnă să-ți aduci aminte”⁶, spunea filosoful englez Hobbes. Dar este, oare, suficient? O enumerare aleatorie de amintiri în stilul lui Prévert poate înviora o seară în oraș, dar în niciun caz nu va putea epuiza subiectul. Îmi amintesc că l-am văzut pe Samy Frey recitând textul lui Georges Perrec intitulat chiar *Îmi amintesc*, la Teatrul Madeleine din Paris. Așezat pe bicicleta sa, actorul a rostit, una după alta, cele aproximativ o sută optzeci și șase de amintiri care compun textul și care încep așa: „Îmi amintesc când cinam la masa cea mare de la brutărie. Supă cremă cu smântână iarna, pâine înmuiată în vin

⁵ Henri Bergson, *L'Énergie spirituelle*, PUF, „Quadrige”, Paris, 1919, p. 52 și 57.

⁶ Citat de Ludwig Binswanger în *Introduction à l'analyse existentielle*, Minuit, Paris, 1971, p. 61.

dulce vara; îmi amintesc de cadourile din cutiile de Bonux pe care mă certam cu sora mea; îmi amintesc de bananele tăiate în trei, noi fiind trei copii la părinți” etc.

Performanța comediantului a fost foarte reușită, dar mi s-a părut că avea un aer un pic dezumanizat, un pic kafkian. Fără îndoială, asta avea legătură cu numărul impresionant de amintiri enumerate și cu faptul că noi, spectatorii, nu trăiserăm, cu rare excepții, aceleași experiențe ca și Perrec și, prin urmare, nu puteam savura ceea ce ne împărtășea. Dar trebuie să adaug că, atunci când se referea la o amintire recognoscibilă, publicul râdea cu poftă.⁷

Amintirile îmbină tot ce am simțit – și bun, și rău. Ele adună laolaltă și lucrurile bune care ni s-au întâmplat, în sfârșit, după toate suferințele trăite sau îndurate, și momentele fericite pe care a trebuit să le lăsăm în urmă și a căror nostalgie o păstrăm. Oamenii pot fi dezbrăcați la piele, le poate fi violată intimitatea, li se poate lua ce au mai de preț, pot fi lăsați fără de niciunele, dar nu li se pot lua amintirile.

Amintirile fac parte din inconștientul nostru individual. Așa cum scria psihiatrul elvețian C.G. Jung: „Inconștientul individual conține amintirile uitate, amintirile refulate (adică intenționat uitate), reprezentările dureroase, senzațiile subliminale, percepțiile senzoriale a căror intensitate n-a fost suficientă ca să treacă pragul și să ajungă în conștiință și, în fine, conținuturile care nu sunt încă suficient de mature ca să intre în conștiință”. Poate că și imaginile pe care el le numește „arhetipuri” joacă un rol în construcția delicată a amintirilor noastre. Despre acestea Jung spunea: „Aceste rememorări personale sunt manifestări care emană din straturile mai profunde ale inconștientului, straturi în care rămân latente imaginile primordiale, apanaj al naturii umane în

⁷ În 2004, Philippe Villemus a publicat ceea ce cred că este o parodie pe aceeași temă, la Editura Desclée De Brouwer, intitulată *Am uitat*. Începe așa: „Am uitat marca primelor ghete de fotbal cu cramioane pe care mama mi le-a cumpărat din economiile ei de mai multe săptămâni” și încheie lista la numărul 445: „Mi-am uitat visele din copilărie, dar nu pe cele din adolescență”.