

practic

Alexandra Stoddard, decorator de profesie, a scris mai mult de douăzeci și cinci de cărți despre arta de a trăi, dintre care: *Choosing Happiness: Key to a Joyful Life*; *Living a Beautiful Life: 500 Ways to Add Elegance, Order, Beauty and Joy to Every Day of Your Life*; *You Are Your Choices: 50 Ways to Live the Good Life*; *Tea Celebrations: The Way to Serenity*; *Gift of a Letter*; *Grace Notes: A Book of Daily Meditations*; *Things I Want My Daughters to Know. A Small Book About the Big Issues in Life* (*Sfaturi pentru fiica mea: O carte mică despre marile evenimente ale vieții*, Humanitas, 2013). Mamă a două fiice, trăiește în prezent în New York și în Stonington Village, Connecticut.

ALEXANDRA STODDARD

GHID DE ÎNȚELEPCIUNE PENTRU

*mame
, si fiice*

Sfaturi care nu se
demodează niciodată

Traducere din engleză de
DANA-LIGIA ILIN

 HUMANITAS
BUCUREȘTI

Redactor: Anca Lăcătuș
Coperta: Ioana Nedelcu
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu
Corector: George Șerban
DTP: Radu Dobreci, Carmen Petrescu

Tipărit la Tipo Lidana – Suceava

Alexandra Stoddard
The Shared Wisdom of Mothers and Daughters. The Timelessness of Simple Truths
Copyright © 2013 by Alexandra Stoddard.
By arrangement with the author.
All rights reserved.

© HUMANITAS, 2016, pentru prezenta versiune românească

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
Stoddard, Alexandra
Ghid de înțelepciune pentru mame și fiice.
Sfaturi care nu se demodează niciodată / Alexandra Stoddard;
trad.: Dana-Ligia Ilin. – București: Humanitas, 2016
ISBN 978-973-50-5328-4
I. Ilin, Dana-Ligia (trad.)
316.346.2-055-2
159-9

EDITURA HUMANITAS
Piața Presei Libere 1, 013701 București, România
tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51
www.humanitas.ro

Comenzi online: www.libhumanitas.ro
Comenzi prin e-mail: vanzari@libhumanitas.ro
Comenzi telefonice: 021 311 23 30 / 0372 189 509

*Fiicelor mele dragi, Alexandra și Brooke.
Sunt mereu mândră de voi și o binecuvântare să fiu mama voastră.
Sunteți pentru mine, în fiecare zi, o sursă de iubire, bucurie, plăcere,
înțelepciune, fericire și inspirație.*

*Trăiește în prezent,
fără să regreti,
să te temi ori să speri.
Pierre Hadot*

Cuprins

Introducere	9
1. Acceptați cu bucurie schimbarea echilibrului din relație	11
2. Cultivați micile plăceri în viața de zi cu zi	16
3. Puneți-vă viața în ordine	24
4. Savurați frumusețea naturii	28
5. Nu irosiți nimic	34
6. Nu faceți ce nu vă place – puneți-i pe alții!	39
7. Evitați întreruperile inutile	44
8. Împrieteniți-vă cu oameni care vă inspiră	48
9. Pregătiți-vă să fiți dezamăgite	52
10. Păstrați legătura cu cei dragi	58
11. Nu vă opriți niciodată din învățat	63
12. Mulțumiți-le celor din jur	67
13. Păstrați un strop de frumusețe liniștită în spatele ușilor închise	72
14. Aveți grijă ce vorbiți	76
15. Fiți optimiste	82
16. Ce așteptări avem de la un soț și ce ne dorim în căsnicie	86
17. Fiți generoase	96
18. Fiți puternice	104

8 / Ghid de înțelepciune pentru mame și fiice

19. Ocupați-vă și de voi	108
20. Folosiți-vă imaginația, rememorați și călătoriți	111
21. Nu trăiți pur și simplu, încercați să evoluați – nu vă temeți de schimbări	114
22. Faceți alegerile corecte în privința hranei și a banilor	117
23. Prețuiți timpul, nu negați moartea și îmbătrâniți păstrându-vă vitalitatea	121
24. Exersați-vă răbdarea	125
<i>Mulțumiri</i>	129

Introducere

Când fetele mele erau mici, datoria mea de mamă era să le învăț ceea ce credeam că trebuie să știe. Nu doar ele învățau de la mine, ci și eu de la ele, dar, cu siguranță, răspunderea era mai mult pe umerii mei. Cu timpul, am descoperit că fiicele mele îmbogățeau cu intuiția lor tot ce învățau de la mine. Raportul dintre învățător și învățăcel s-a mai echilibrat.

Această nouă carte îmbină ce cred eu că este important pentru fiicele mele cu ceea ce vor ele să mă învețe pe mine. Partea frumoasă e că aproape nici unul dintre aceste lucruri nu este unilateral – cu excepția aversiunii mele față de tehnologie! Cele mai multe dintre eseurile de față reflectă comunicarea dintre mințile și inimile noastre și, datorită transformărilor prin care-am trecut, perspectiva de aici este mai largă și mai profundă decât cea din *Sfaturi pentru fiica mea**. Mă bucură foarte mult faptul că ne-am înțelepțit pe măsură ce ne-am maturizat.

Unul dintre darurile pe care le ofer fiicelor mele și cititorilor mei este setea mea de cunoaștere. Viețile marilor gânditori care s-au perindat de-a lungul timpului sunt pline de înțelepciune și vreau să vă

* Editura Humanitas, București, 2013 (n. tr.).

împărtășesc învățăturile lor, așa cum le-am înțeles eu, pentru ca voi să le integrați apoi în viața voastră. Doresc foarte mult să dau glas vocilor puternice care m-au modelat. Simt o mare satisfacție să pot împărtăși înțelepciunea minților strălucite pe care le-am studiat în ultimii patruzeci și cinci de ani și sunt recunoscătoare că vă pot transmite vouă și fiicelor mele cuvintele lor minunate.

Unul dintre sfaturile cele mai importante pe care aș vrea să le dau fiicelor mele este să nu-și piardă vitalitatea, să-și lărgescă mereu orizontul – și să lupte continuu pentru a avea o viață împlinită, generoasă și fericită.

1. *Acceptați cu bucurie schimbarea echilibrului din relație*

TOT TRECUTUL TĂU N-A FOST DECÂT O NAȘTERE ȘI O DEVENIRE.

OAMENII MARI NU PRICEP NIMIC SINGURI,
ȘI E TARE OBOSITOR PENTRU COPII SĂ LE TOT DEA EXPLICAȚII.

Antoine de Saint-Exupéry

Când am scris *Sfaturi pentru fiica mea*, fiicele mele, Alexandra și Brooke, abia ieșiseră din adolescență. Acum sunt de vârstă mijlocie! Chiar și atunci, după cum am mărturisit în eseul *Listen to the Wisdom of Your Children (Plecați urechea la înțelepciunea copiilor dumneavoastră)*, le acordam mult timp fiicelor mele, și compania lor mă stimula mai mult decât compania multora dintre prietenii noștri. Înțelepciunea lor din ce în ce mai bogată și iubirea din ce în ce mai mare dintre noi sunt foarte profunde.

Desigur, iubirea dintre părinți și copii este diferită de cea pe care o avem pentru un prieten bun din facultate, de exemplu, dar se pot cultiva și în primul caz o apropiere și un respect reciproc rezistente în timp. Când Alexandra și Brooke îmi vorbesc, le iau în serios. Ele m-au sfătuit să cumpăr vila și, atunci când ne-am vândut apartamentul din New York, ele ne-au convins să nu cumpărăm alt apartament în oraș, ci să ne mutăm de tot în Connecticut. Contează enorm pentru mine sfaturile și grija lor. Dat fiind că nu gândim întotdeauna la fel, putem să schimbăm idei noi care ne deschid mințile și ne ajută să facem lucrurile altfel. Nu-mi plac veștile triste. Uneori, când Alexandra sau

Brooke au să-mi spună ceva serios, mă provoacă să le ascult și să aud cu adevărat ce au de spus.

Toți cei care mă cunosc știu ce cred despre maternitate. Mi-a plăcut la nebunie să-mi cresc fetele; a fost o perioadă frumoasă. Privind înapoi, pot spune că am fost o mamă bună, deoarece îmi plăcea să fiu cu ele. Făceam împreună lucruri interesante în oraș și în vacanțele în alte țări în care plecam de obicei în august.

Acum câțiva ani ne-am adunat de Ziua Recunoștinței în Maryland, acasă la Alexandra. Cât timp s-a pregătit masa, m-am jucat cu nepoții mei isteți foc tot felul de jocuri la care bineînțeles că am mâncat bătaie. Fiica lui Brooke, Cooper, își plimba animalele de pluș într-un cărucior. Soțul meu, Peter, ședea în fotoliul său preferat de pe verandă și-l mângâia pe Golden retrieverul Alexandrei, Homer. Uitându-mă împrejur, la masa frumos așezată, cu tacâmuri de argint care sclipeau, cu pahare care străluceau și cu flori din belșug, am înțeles dintr-odată că asistam la un vis împlinit.

Îmi ador fiicele și nepoții, și faptul că îi vedeam trăind așa de frumos, în rânduială, cu ritualuri și sărbători, m-a făcut să-mi dau seama că acum, când ne reuneam, eram patru generații, cel mai în vârstă dintre noi având optzeci și șapte de ani. Chiar dacă această revelație s-a produs treptat, am înțeles deplin, în acel moment, că relația noastră a trecut printr-o transformare minunată, de la iubirea de mamă la iubirea împărtășită, la grijă, respect și prietenie. Îmi creștea inima de mândrie. Datorită educației pe care le-am dat-o, fiicele mele sunt acum capabile nu doar să aibă grijă de ele și de familiile lor, ci pot chiar și să ne ajute prin sfaturi prețioase, pe soțul meu și pe mine, care îmbătrânim.

Știu sigur că Alexandra și Brooke au valori solide și, dacă ar fi să le dau sfaturi, le-aș lăuda pentru caracterul lor și pentru felul în care se poartă, încurajându-le să facă în continuare tot ce fac acum și să-și păstreze principiile neclintite.

Momentele petrecute împreună sunt prețioase și le păstrez în amintire, ca să mă inspire atunci când nu suntem împreună. Ce e deosebit de emoționant și încântător e că aceste clipe petrecute cu copiii fetelor

mele, care sunt acum mari, îmi aduc aceeași bucurie pe care o simțeam ca tânără mamă, crescându-mi fiicele. Când sunt cu nepoții mă simt de parcă m-aș întoarce în timp și aș trăi din nou bucuria aceea. Diferența clară dintre a fi mamă și a fi bunică este că mama are parte de toate durerile de cap și de toate grijile și muncește din greu, pe când eu pot doar să mă joc cu nepoții mei. Ce mi-aș putea dori mai mult?

Mă topesc când una dintre nepoate vrea să stea la masă lângă mine, așa cum voiau fetele mele când erau mici. Ca să stea lângă mine, Alexandra și Brooke își dădeau la schimb desertul. Mă uimește dragostea copiilor față de părinți și bunici. Am încercat să nu-mi răsfăț fetele, dar, când am devenit bunică, am renunțat să mai încerc. Nepoții mei sunt neînchipuit de scumpi.

Această trecere treptată de la o relație ierarhică la una în care împărtășim idei a fost foarte satisfăcătoare. Fiicele mele și cu mine jucăm acum de pe aceleași poziții; ierarhia a devenit egalitate. Împreună, am făcut punte peste ce ne desparte. Am evoluat în paralel spre a ne ajuta reciproc. Aceste două femei, care se întâmplă să fie fiicele mele iubitoare, își doresc ca eu să am o viață fericită și împlinită în aceeași măsură în care eu le doresc asta lor.

De-a lungul anilor, m-au învățat lucruri noi despre generația lor, despre cultură, politică și gadgeturile moderne, precum și despre ritmul vieții de astăzi. De foarte multe ori discuțiile noastre mă inspiră să văd realitatea într-o lumină nouă. Spusele lor sunt juste, adesea amuzante și înțelepte. Aceste tinere știu lucruri pe care eu și soțul meu nu le știm, și mă emoționează faptul că le pasă destul de mult de noi ca să ni le împărtășească. Sfatul lor nu este niciodată umilitor, ci este întotdeauna de mare ajutor.

La urma urmei, când cineva ne iubește, ne spune nu numai ce vrem să auzim, ci și ce trebuie să știm. Nimeni nu mă cunoaște mai bine decât fiicele mele. Ele sunt destul de bine informate ca să facă mereu recomandări inteligente. Am evoluat și am ajuns la această relație, care este o sursă continuă de putere și de sprijin pentru mine și pentru Peter. Pe măsură ce ne maturizăm, evoluăm și creștem, învățând de la tot ce

ne înconjoară. Oricât de în vârstă aș fi, voi avea întotdeauna ceva de împărtășit cu fiicele mele și voi căuta moduri în care să le fiu de folos. Echilibrul dintre ceea ce dăm și ceea ce primim, dintre ceea ce-i învățăm pe ceilalți și ce ne învață ei pe noi, dintre a ajuta și a fi ajutat ne dă încredere reciprocă și speranță.

Tot ce am trăit ne-a lărgit orizontul. Am mintea și inima deschise și învăț încontinuu de la marii înțelepți, de la cititorii mei, de la public, de la fiicele mele și, de fapt, de la toți cei pe care-i întâlnesc. Nu am încetat să cresc acum, când fiicele mele au ajuns la maturitate; nici ele nu s-au oprit. Contul din banca noastră intelectuală continuă să crească.

Fiicele mele mi-au influențat profund modul de a gândi și de a vedea viața. E o binecuvântare faptul că această influență e reciprocă. Din ceea ce încercă să mă învețe mi-am dat seama cât sunt de inteligente și de înțelepte; datorită lor schimbul nostru de idei este încântător, o cale cu două sensuri prin care iubirea și înțelegerea dintre noi cresc împreună.

Nădăjduiesc că ceea ce m-au învățat fiicele mele se va dovedi la fel de valoros și pentru cititorii mei. O prietenă mi-a trimis o scrisoare pe care a primit-o de la mama ei, cu mențiunea că e cea mai frumoasă scrisoare pe care a citit-o vreodată:

Fiicele mele mult iubite, Paulette,

Este 3.27 dimineața, în ziua pe care o numim a Eroilor. Tocmai am terminat Traveling with Pomegranates: A Mother-Daughter Story (Călătorind cu rodii. O poveste mamă-fică). Înțeleg de ce ți-a plăcut atât de mult. Cred că pasajul meu preferat este: „E punctul de întâlnire către care converg sufletul mamei și al fiicei, două femei mature distincte. Este, știu acum, un loc creat prin pierderi necesare, prin căutare și reinventarea întregii relații“. (Sue Monk Kidd)

A venit vremea să-ți spun cât de mândră sunt de tine ca mamă, soție și fiică, și de tine ca persoană. Sunt împăcată știind că vei putea să înfrunți orice ți-ar ieși în cale.

Așadar, relația noastră a fost „reinventată“! A ajuns cu adevărat la un alt nivel, vorbim acum de la femeie la femeie – copilul pe care l-am iubit atât de mult a dispărut, s-a transformat într-o femeie pe care o iubesc și mai mult. Dacă ar fi să mor mâine, pot să fiu liniștită în privința ta.

Afară e întuneric și foarte multă liniște – și multă ceață; noaptea e prielnică duhurilor care se preumblă! Astăzi (e luni) nu fac nimic din ce nu vreau să fac. Cât mi-ar plăcea să te strâng în brațe! Chiar dacă suntem departe una de alta, suntem tare norocoase, căci, la noi, legătura dintre mamă și fiică este neîndoielnică și statornică. Un mesaj de la femeie la femeie.

Cu drag, mama, Charlene

Dinamica relației noastre s-a schimbat. Acum comunicăm de la egal la egal. Cu cât fiicele mele sunt mai fericite, mai libere, mai împlinite și mai lipsite de constrângeri, cu atât bucuria mea e mai mare. Iubirea și respectul meu pentru ele sunt nețărmurite. Dacă vorbesc ca o mamă plină de iubire e pentru că asta sunt, și ceea ce spun e purul adevăr.

Câtă vreme trăiesc voi îmbrățișa cu bucurie schimbările din relația noastră, recunoscătoare fiind pentru atașamentul pe care-l avem una față de cealaltă.

NICIODATĂ, SUB NICI UN MOTIV [...], SĂ NU ÎNGĂDUIȚI SĂ APARĂ ANIMOZITĂȚI ÎNTRE VOI ȘI COPILUL VOSTRU.

Maxwell Perkins