

PRAG 2

Prezența Este De Ajuns

Pentru cea mai mare parte a vieții mele am crezut că valoarea unei persoane se măsoară după ceea ce reușea să realizeze.

Era o convingere rezonabilă.

Lumea pare construită anume ca s-o confirme.

Ni se cer rezultate.

Numere.

Obiective.

Performanțe.

Ținte atinse.

Fiecare sistem își are proprii indicatori.

Fiecare organizație își are propriile clasamente.

Fiecare epocă inventează un mod diferit de a măsura succesul.

Și aproape întotdeauna măsura se concentrează pe ceea ce apare.

Rareori pe ceea ce rămâne.

Cu trecerea anilor am început însă să observ un fenomen curios.

Oamenii de care îmi aminteam cel mai mult nu coincideau aproape niciodată cu cei care obținuseră rezultatele cele mai impresionante.

Îmi aminteam de alți oameni.

De cei care rămăseseră alături.

De cei care ascultaseră.

De cei care găsiseră timpul.

De cei care fuseseră prezenți.

Memoria umană este mai puțin impresionabilă decât pare.

După decenii nu își amintește doar ceea ce ai făcut.

Își amintește cum i-ai făcut pe ceilalți să se simtă.

Iar această descoperire a schimbat multe lucruri.

S-a întâmplat lent.

Așa cum se întâmplă toate transformările autentice.

Nu a fost o revelație bruscă.

Au fost sute de episoade.

Mici.

Aproape invizibile.

Un prieten care se prezintă atunci când nu l-ai chemat.

O persoană care rămâne așezată lângă tine într-un moment dificil.

Un membru al familiei care nu reușește să rezolve problema dar alege totuși să împartă povara.

În toate aceste cazuri se întâmplă ceva ce numerele nu reușesc să măsoare.

Prezența generează forță.

Nu pentru că ar elimina durerea.

Ci pentru că împiedică singurătatea să devină absolută.

Mulți oameni cred că a ajuta înseamnă a găsi soluții.

Eu nu mai sunt așa de sigur.

Oamenii care m-au ajutat cu adevărat nu aveau întotdeauna răspunsurile.

Adesea aveau doar disponibilitatea de a rămâne.

Și era de ajuns.

Când suntem tineri credem că valoarea stă în acțiune.

Cu timpul descoperim că valoarea stă foarte adesea în statornicie.

A fi acolo.

A nu fugi.

A nu te distrage.

A nu delega.

A nu dispărea.

A fi prezent.

Pare puțin.

Nu este deloc.

Trăim într-o societate plină de conexiuni și adesea săracă în prezență.

Putem ajunge la oricine în câteva secunde.

Putem trimite mesaje în orice parte a planetei.

Putem comunica neîncetat.

Și totuși mulți oameni se simt mai singuri ca niciodată.

Poate pentru că prezența nu este o chestiune tehnologică.

Este o chestiune umană.

Prezența cere atenție.

Iar atenția a devenit una dintre cele mai rare resurse ale timpului nostru.

Îmi amintesc unele etape ale vieții mele în care nu căutam sfaturi.

Nu căutam strategii.

Nu căutam răspunsuri.

Căutam companie.

Pe cineva dispus să împartă o bucată de drum.

Pe cineva dispus să spună:

„Nu știu cum se va sfârși, dar nu vei trece prin asta singur.”

Aceste fraze nu schimbă evenimentele.

Ne schimbă pe noi.

Și este mult mai important.

Ani la rând am lucrat în medii în care totul era măsurat.

Performanțe.

Cotă de piață.

Creștere.

Productivitate.

Și totuși unele dintre cele mai prețioase lucruri pe care le-am primit nu apăreau în niciun raport.

Încrederea.

Loialitatea.

Ascultarea.

Apropierea.

Niciunul dintre aceste lucruri nu intră ușor într-un tabel.

Și totuși susțin cea mai mare parte a vieții umane.

Prezența acționează în același fel.

Este invizibilă când există.

Devine evidentă când lipsește.

Ca aerul.

Ca sănătatea.

Ca anumite afecțiuni.

Ne dăm seama de valoarea lor mai ales în momentul în care nu mai sunt disponibile.

Cu vârsta am învățat o lecție pe care nicio carte nu mi-o predase.

Multe probleme nu cer să fie rezolvate imediat.

Cer să fie străbătute.

Iar când o problemă trebuie străbătută, prezența valorează mai mult decât competența.

Poate părea o frază ciudată.

Dar oricine a trăit o încercare importantă o înțelege imediat.

Nicio explicație nu elimină o pierdere.

Nicio strategie nu elimină o boală.

Nicio teorie nu elimină absența.

Există situații în care ființa umană nu are nevoie să fie corectată.

Are nevoie să fie însoțită.

Această descoperire a schimbat și modul meu de a mă raporta la ceilalți.

Am încetat să mă simt obligat să găsesc soluții pentru orice.

Am încetat să consider tăcerea un eșec.

Am încetat să cred că valoarea mea depinde de capacitatea mea de a repara lumea.

Am început în schimb să cultiv o calitate diferită.

Disponibilitatea.

A fi disponibil.

Pentru familie.

Pentru prieteni.

Pentru oamenii fragili.

Pentru cine trecea printr-o dificultate.

Pentru cine avea nevoie să fie ascultat.

Este o competență mai puțin spectaculoasă.

Dar infinit mai utilă.

Privind în urmă, îmi dau seama că momentele cele mai semnificative ale existenței mele au împărtășit adesea o caracteristică.

Cineva era prezent.

Uneori eram eu.

Uneori erau ceilalți.

Dar exista o prezență.

O prezență tăcută.

Discretă.

Neintruzivă.

O prezență care nu pretindea nimic.

Care nu cerea recunoașteri.

Care nu căuta aplauze.

Exista pur și simplu.

Ca o lumină aprinsă la o fereastră în timpul nopții.

Poate maturitatea constă și în asta.

A înțelege că nu trebuie să fim extraordinari în fiecare zi.

Nu trebuie să salvăm lumea.

Nu trebuie să convingem pe toată lumea.

Nu trebuie să câștigăm toate bătăliile.

Uneori trebuie pur și simplu să fim acolo.

Cu adevărat.

Cu toată atenția noastră.

Cu toată umanitatea noastră.

Cu toată imperfecțiunea noastră.

Pentru că oamenii uită multe lucruri.

Uită cuvinte.

Uită date.

Uită chiar evenimente importante.

Dar rareori uită cine a rămas alături de ei în momentul necesar.

La sfârșit, după muncă, călătorii, succese, pierderi, transformări și timpul scurs, rămâne un adevăr surprinzător de simplu.

Nu întotdeauna putem schimba ceea ce se întâmplă.

Nu întotdeauna putem vindeca.

Nu întotdeauna putem salva.

Nu întotdeauna putem înțelege.

Dar putem fi acolo.

Și mult mai des decât ne imaginăm, prezența este de ajuns.