

Traian Cosma

ELIXIR DE OPTIMISM

PILULE DESPE BĂTRÂNEȚE DE ÎNGHIȚIT
LA TINEREȚE

EDITURA  HERALD
București

*Soției mele, Marilena,
supranumită Farmazoanca,
ale cărei fabuloase imperfecțiuni
nu mă lasă să mă plictisesc nicio clipă.*

Cuprins

ÎN LOC DE PREFAȚĂ	9
1. Curajul de a vorbi despre bătrânețe	9
2. Cum am ajuns să scriu această carte	12
3. Avertisment	16
Capitolul I: ÎN SFÂRȘIT! AM IEȘIT LA PENSIE!	19
1. CÂTEVA DEFINIȚII CU SCHEPSIS	19
1.1. Cuvinte fără vârstă despre vârsta bătrâneții	19
2. CÂND ÎNCEP SĂ CADĂ PRIMELE FRUNZE-N GĂLBENITE	23
2.1. Ceea ce știm prea bine, dar refuzăm (încă) să acceptăm	23
3. URA! SUNT PENSIONAR! AM DEVENIT CETĂȚEAN SUVERAN!	34
3.1. Pensionarea, lung prilej de vorbe și de ipoteze	34
4. SIMȚI NEVOIA SĂ FACI SCHIMBĂRI ÎN VIAȚA TA? ACȚIONEAZĂ!	66
Capitolul II: BĂTRÂNEȚE REUȘITĂ. DE CE NU?	78
1. CUM SĂ FACI DINTR-O VESTE PROASTĂ UNA BUNĂ	78
1.1. Ei, bunicule, acu' să te vad? Ești pregătit pentru bătrânețe?	79
1.2. Cum să pui punctul pe „R” de la „reușită”, nu pe „I” de la „insucces”	80
2. JOS MĂȘTILE! FII ACTORUL PROPRIEI VIEȚI!	91
2.1. Ianus printre noi	91
3. ÎN FAȚA MARILOR ÎNTREBĂRI	99

3.1. Nu trageți în mesager!	99
4. VREI SĂ PRINZI SUTA? MI SE PARE NORMAL, DAR EȘTI PE FAZĂ?	118
4.1. Repetitio est mater... veterum	118
4.2. Lamentatio in integrum	122
5. IUBIREA RĂMÂNE, ȘI LA BĂTRÂNEȚE, „UN LUCRU FOARTE MARE”	139
5.1. Un ingredient indispensabil: respectul de sine	139
5.2. Bătrânul – un om între oameni	148
5.3. Viața în cuplu	157
5.4. Lângă cei dragi	170
5.5. Cui nu-i e dor de o ultimă dragoste?	178
5.6. Bătrânețea rimează cu Politețea	194
6. CE BINE TE ȚII, TU! CUM FACI?	201
7. RÂSUL CA ȘANSĂ	209
Capitolul III: ZICI CĂ TE PLECTISEȘTI? MĂ FACI SĂ RÂD	223
1. Despre strădania de a avea un rost	223
Există și negații pozitive!	226
2. Nu știi cu ce să-ți umpli vârsta? Poate găsești ceva bun aici, la Târgul de toamnă-iarnă	237
Capitolul IV: CE-AI DE GÂND SĂ FACI MÂINE, PRIETENE? ÎN LOC DE POSTFAȚĂ	245
BIBLIOGRAFIE	249

ÎN LOC DE PREFAȚĂ

1. CURAJUL DE A VORBI DESPRE BĂTRÂNEȚE

Cui nu-i plac tinerețea și dragostea? Tuturor ne plac. Toți vrem să trăim veșnic și fericiți.

Cui îi plac bătrânețea și ponoasele ei? Nimănui. Nimeni nu vrea să îmbătrânească și să moară.

Adevăruri axiomatiche, veritabile truisme de elită. O mare parte din viață nici nu le pomenim, deși le purtăm în cârcă încă de la naștere. Și totuși... vine un timp al curajului, al tupeului de a le privi în față, timpul când trebuie să studiezi problema. E acel timp când treci pragul, când un ochi încă râde, pe când celălalt începe să lăcrimeze. E timpul tranziției către bătrânețe. Chiar dacă te pregătești îndelung pentru momentul acesta, de surprize nu poți scăpa cu totul. (E ca în copilărie, când te joci de-a v-ați ascunselea. Nu știi unde se pitește tovarășul de joc – deși bănuiești –, dar știi cine e și totuși, în clipa în care îți apare în față, te sperii.)

E timpul când în mintea ta apare o întrebare cardinală: „Și acum ce urmează?”.

Mulți spun că fiecare îmbătrânește în felul său. E adevărat, fiecare cu trupul, cu mintea și cu sufletul lui, dar oamenii au, totodată, experiențe comune și un destin comun. Poți să înfrunți pieptiș bătrânețea de unul singur, fără să tragi măcar cu ochiul la bătrânii trecutului și ai prezentului? (E posibil, desigur, dar cu anumite riscuri.) Autointerogația „Și-acum ce urmează?” are un răspuns *pur*, dar nu întotdeauna și *simplu*: „Urmează încă o treime de viață”. De fapt, subtextul întrebării este: „Cum să fac pentru a mă bucura în continuare de o viață bună?”.

De abia aici răspunsurile sunt greu de dat. Se pot distinge viziuni pozitive și negative, direcții corecte și greșite – toate emanații ale travaliului existențial al acestui minunat, dar complicat *homo sapiens*. Fiecare și toți la un loc am tras de viață ca s-o facem suportabilă, îndestulătoare și binemeritată, iar viziunea dominantă a fost, rămâne și va fi mereu optimistă, în ciuda deziluziilor personale sau istorice.

Între a trăi veșnic și a muri nu putem alege, dar în cuprinsul vieții noastre putem avea tot felul de opțiuni: mici, mari sau foarte mari. Acum a sosit vremea unei formidabile alegeri. Ce fel de bătrânețe vrei să ai: bună sau rea, frumoasă sau urâtă, reușită sau ratată? Bineînțeles, răspunsul tău va fi totdeauna cel pozitiv. Și astfel am ajuns din nou în punctul nevralgic al problemei: „Știi ce ai de făcut?”.

Ca în orice materie de mare complexitate și adâncime, soluțiile minune, tranșante și general valabile sunt practic

imposibil de găsit. Cu atât mai puțin atunci când vorbim despre taine precum viața și moartea. Și totuși ... când pleci la luptă, aici, pe pământ, trei lucruri nu trebuie să-ți lipsească: încrederea în reușită, strategia și armele potrivite. Altfel, de ce te-ai mai angaja în bătălie? Odată ce-ți accepți soarta, furia începe să scadă, ca un foc nealimentat. Iar dacă privești bătrânețea doar ca pe un Everest înghețat și capricios, ar fi bine să te gândești puțin la spusele lui Edmund Hillary, după ce a învins muntele: „L-am escaladat pentru că există”.

Merită să îmbătrânești? Merită. Fie și numai din curiozitate. Fie și numai din plăcerea bucuriilor mărunte, de zi cu zi. Stoarce tot ce-i mai bun din ce-ți oferă viața, din ce-ți oferi tu și din ce-ți oferă semenii tăi. Să fie altă cale mai bună decât asta?

Post scriptum Riscul de a scrie în falset sau lacunar despre bătrânețe e mare atunci când nu ai trăit-o suficient de mult, când nu te-a durut în toate formele ei și până la capăt. Unii scriu despre bătrânețe venind dinspre filosofie, dinspre lucrurile mari. Foarte bine. Își permit. Eu nu-mi permit și nici n-aș fi vrut s-o fac astfel. Prefer să vin dinspre contingent, dinspre lucrurile mici în care ne scaldăm în fiecare zi.

Tresăririle mele nu ascund niciun fel de *vademecum* intențional, expunând doar (prin aglutinarea lor finală în mintea cititorului) experiența mea de îmbătrânire. Un *fel* de a vedea lucrurile. Dacă, în timpul lecturii, cititorul va tresări și el din când în când odată cu mine, acest fleac mă

va bucura deplin, însemnând că i-am oferit și lui o clipă bună de viață.

2. CUM AM AJUNS SĂ Scriu ACEASTĂ CARTE

Până să intru în pâinea pensionarului, eram convins că așa-numita nevroză a pensionarului nu-i poate atinge pe cei care s-au pregătit pentru bătrânețe. Eu mă credeam printre aceștia. Ei bine, m-am înșelat. Noua piele în care am intrat mă mânca rău de tot. Voiam să scap de ea, dar nu reușeam. Eram precum mustangul (fie el și bătrân) înnebunit să scape de povara pe care o simțea pentru prima oară în spate. Ca să fiu mai explicit, în primul an postpensionare am gogit. (Pe înțelesul nemoldovenilor, „a gogi” înseamnă a suferi de o boală asimptomatică, greu de definit și imposibil de vindecat la doctor, precum dorul.) Nu era vorba de plictiseală, ci de sentimentul acut (dar difuz), al unei pierderi. Îmi lipsea viața activă de până atunci: forfota din recreații, ținuta cu cravată a demnității mele, apelativul „dom’ profesor”, nelipsita mapă magnetic atașată de mine și câte altele. Peste toate, îmi lipseau frumoșii mei draci, mai mari sau mai mici, care mă zugrăveau zi de zi din băncile lor.

Notă. E drept, pe seama mea s-ar putea pune și un factor agravant: dezrădăcinarea. Odată cu pensionarea, mă mutasem cu cățel și purcel din locul meu de baștină în Iași, dar nici acum, după patru ani de la întâmplare, nu cred că pasul acesta a contat prea mult. Dimpotrivă, Iașiul – pe care

îl cunoșteam deja bine –, mi-a oferit, de fapt, antidotul de elecție împotriva *spleenului* ce mă năpădise. Nu, nu a fost ceva dramatic, în sensul pur al cuvântului, dar nici nu pot spune că a trecut fără niciun fel de scânceli.

Ce-am făcut? Să nu credeți că am stat pierdut și inert, așteptând ca boala să se stingă de la sine. M-am zbatut, în felul meu, să ies din coconul acela captiv către lumină și prima măsură, care mi s-a părut rentabilă atunci, a fost să institui o rutină sănătoasă. În afară de treburile curente (care țin de inevitabila rutină sadea), în fiecare zi băteam bulevardele, străzile și ulițele Iașiului (da, mai sunt încă ulițe...); dar nu buimac și îndurerat, ca tăunul acela pomenit de consăteanul meu Creangă, ci cu program, respectând reperatele unui ghid pe care l-am întocmit *ad hoc* încă din primele săptămâni de la descălecare. În compoziția rutinei mele mai intra și ceva implicare civică (nu spun ce și cum!), ceva implicare religioasă (mai cu seamă din simpatie pentru consoarta mea, dar nu spun cât!), un parteneriat activ cu laptopul, prietenul meu de nădejde și altele. (Mă opresc aici cu intimitățile. Restul, pe mai târziu.)

Încet-încet, entropia începutului s-a risipit, dar nu mă simțeam încă stăpân pe situație...

Faza aceasta a acomodării a făcut să răsară, însă, în mintea mea imboldul de a cunoaște ceva mai mult – de fapt, cât se poate de mult –, despre avatarurile tranziției (pen-

sionarului) către bătrânețe și, implicit, despre senectute. Din firavă și aproape superfluă la început, pe măsură ce timpul trecea, ideea a căpătat consistență, iar punerea ei ulterioară în practică a dat (și dă încă) un sens împlinitor acestui început al meu de bătrânețe.

Notă cu bemol. Știu că nu dă bine să insist asupra propriei persoane, dar îngăduiți-mă încă o clipă. Ar mai fi un factor determinant revelator. Stabilindu-mă definitiv în Iași, locuiam într-o zonă și într-un bloc pline ochi cu pensionari, majoritatea mai în vârstă ca mine. Ocazie prielnică pentru mine de a observa și de a reflecta. Primele impresii n-au fost prea grozave: unele stereotipuri discreționare de stăpâni ai locului, câteva priviri câș, țâfna câtorva și, mai ales, inamicitățile dintre unii colocatari m-au pus pe gânduri.

Mă grăbesc să vin și aici cu o precizare. Așa am simțit atunci. Acum, după patru ani trecuți, tangajul navei în care mă urcasem și „răul de pensionare” s-au potolit; mai mult chiar – dar să nu mă acuzați de fudulie –, oamenii m-au ales secund de navă (adică vi-ce-pre-șe-din-te al Asociației de locatari!!!), cu propuneri de a deveni, Doamne Dumnezeule!, căpitan de navă!

~

La aceste nebănuite uimiri ale începutului s-a mai adăugat și indispoziția pe care mi-o pricinuiam câțiva vârstnici din zonă care, pe vreme bună, se adunau mereu, cum se adună și acum, într-un părculeț, ca să joace table, șah sau remi.

Capitolul I

ÎN SFÂRȘIT! AM IEȘIT LA PENSIE!

„Lumea nu are atâta nevoie să fie informată,
cât să i se amintească anumite lucruri”.

Hannah More

1. CÂTEVA DEFINIȚII CU SCHEPSIS

Am cules aceste cuvinte și expresii fezandate, vâdate pe câmpul lexical al bătrâneții (figurative, peiorativ-satirice, argotice, regionale, arhaice, eufemistice, glumețe) din două motive: întâi, pentru a vă spune că varietatea excepțională a cuvintelor și a sensurilor din aria senectuții reprezintă o confirmare a valorilor subsumate acestui timp și, apoi, pentru a vă stârni niscaiva zâmbete, prin asocierile surprinzătoare și sonoritățile sugestive pe care le pot avea. Ștergeți ce nu vă convine.

1.1. Cuvinte fără vârstă despre vârsta bătrâneții

Bătrân – *ghiuș, rablă, ruginit, acritură, vâj, baccea, bașcău, băbălău, băbăluc, bășinos, blendărău, boșorog, floacă, fosilă, junghi, molie, puriu, beșleagă, babalâc, nene, căzătură, botojit, jap, matuf; maestru, venerabil, dezvoltat în ani, respectabil, cel ce are o vârstă, senior, om nins de ani,*

tomnatic, alb-coliliu, la vârsta înțelepciunii, de vârsta Ceahlăului, de-o vârstă cu bunicul, de vârstă matusalemică, de zile multe, născut mai devreme, vechi în zile, la vârsta cărunteții, care a mâncat pâine din multe cuptoare, veteran, bărbat bine copt; dinozaur, facocer, rinocer; unchiaș, bătrânel, bătrâior, moșulică, ăl bătrân, om copt la os etc.

Bătrână – hârcă, baborniță, băboi, hoanghină, cotoroanță, hoșcotină, hoască; hoancă, zgripturoaică; balercă, gioarsă, gloabă, pantahuză; babetă, băbătie, băbăciune; bătrânică, bunicuță, băbuță; expresii: găina bătrână face supă ciorbal zeama bună etc.

Idei în colivie: clișee, truisme, platitudini (comune, savante, livrești): „Cine nu are bătrâni să-i cumpere”, „Viața merge înainte”, „Iubirea învinge moartea”, „Unde nu e iubire, nimic nu e”, „Dragostea dă sens vieții”, „Bătrânețea e o stare de spirit”, „Viața e numai una”, „Anii nu se mai întorc”, „Anii apasă greu pe umerii săi”, „Viața lui a fost un roman”, „Unde sunt zăpezile de altădată”, „Bătrânețe, haine grele”, „Tu îmi vei fi toiag lșprijin la bătrânețe”, „Inima nu îmbătrânește niciodată”, „Bătrânețea – un nou început” etc.

Supremul clișeu : „Asta-i (așa-i) viața”, cu extensia „N-ai ce-i face!”

Vocabule echivoce interzise în preajma bătrânilor:

a trage obloanele; a fi pe picior de plecare; a sta cu mâinile încrucișate; a-și juca ultima carte; a trage clopotele cuiva; a săpa groapa cuiva;; a intra în pământ; (bătaie) soră cu moartea ; fire-ai moartă; a ajunge într-un punct mort; mor-

tal, de comă, demențial; mortul de la groapă nu se mai întoarce; a dezgroapa morții etc.

Nu mă număr printre cei cărora le displace cuvântul „bătrân”. Dimpotrivă, îl socotesc un cuvânt total, ubicuu în sfera sa conceptuală. Aceeași bună părere am și despre derivatul său „bătrânețe”, pe care îl prefer firavului și descărnatului „senectute”, cuvânt parcă străin de bătrânețea românească. Cât despre patriarhalul „moș”, mă tem că invazia „omului de tip nou”, competitiv, hedonist și iconoclast, îl va elimina rapid din circuit. (Sper, în taină, ca măcar „Moș Crăciun” să nu fie substituit cu „Senior Crăciun”.)

N-ar fi rău să le (re)amintim tinerilor din când în când că „bătrânească” poate fi nu numai o tuse de boșorog, ci și o horă, un cântec, o casă, o vorbă; iar dacă astea li se parfumate, să le amintim de țuica ... bătrânească. Cu asta îi punem la pământ!

„G. F. a împlinit venerabila vârstă de 70 de ani” a anunțat, într-o bună zi, o prezentatoare TV în vârstă de aproximativ 25 de ani. Dacă, pentru tinerii zilelor noastre longevive, la vârsta de 70 de ani ești *venerabil*, se pare că trebuie musai inventate noi calificative pentru cel în vârstă de 80 de ani – *supervenerabil* –, pentru cel în vârstă de 90 de ani – *hipervenerabil* – sau în vârstă de 100 de ani – *megavenerabilisim*.

Suntem în plină invazie de anglicisme, unele necesare, altele simple barbarisme snoabe. N-ar fi de mirare, cu

romgleza asta a noastră, ca, mâine-poimâine, să ne trezim calificați drept *olzi* (de la englezescul *old* ce înseamnă „bătrân”), cu toată seria paradigmatică aferentă: *a oldi, oldește, oldicios*. Nu m-ar surprinde prea mult să aud pe la vreo viitoare întâlnire a fraților mei de generație: „Vai, dragă, ce s-a mai (ș)*oldit* și Traian ăsta al nostru!”.

Dacă stau și mă gândesc mai bine, ce e rău în asta? Dacă tot vorbim despre „*New age*”, de ce n-am renunța și la nesuferitul „bătrân”? Pe când *bătrân* arată coliliu de tot și cam greoi, *old* e doar grizonant și încă sprintar, iar împreună cu toate progeniturile sale sună parcă mai ... vivanț, nu? Formidabil! Taman ce ne trebuie.

Aud la *TV*: „Un *bătrân* de 70 de ani a fost luat de viitură...”

Cine credeți că este „bătrânul” din *mass-media*? Aproape întotdeauna amărășteanul: un țaran, un om al străzii, un muncitor, pe scurt, un om simplu. Celălalt – omul „complicat” –, nu mai prinde bătrânețea. El rămâne, chiar și la vârsta de 90 de ani, „parlamentar”, „om de afaceri”, „renumita vedetă”, „un bărbat”, „o femeie” sau, rar de tot, „un om în vârstă”. Ferice de el!

Se poate spune că unele formule de salut au devenit apanajul vârstnicilor, căzând sub semnul dorinței de protecție (inclusiv divină) sau de conservare a stării de bine: „Doamne-ajută!”, „Sănătate!”, „Cu bine!”, „Să trăiești!”, „Du-te cu Dumnezeu!”, „O mie de ani bine!”, „Inimă bună”, „Să-ți dea Dumnezeu sănătate!” *etc.*

Pro domo

Dacă pe la 40 – 50 de ani eram interpelat de amici cu „Salut, bătrâne!”, acum, după 65 de ani, aud din ce în ce mai des: „Salut, flăcăule!”. Ce să mai înțelegi?

De la tinerețe și până în prag de bătrânețe, pe nevasta mea am drăgălit-o *en privé* în vreo douăzeci de feluri, care mai de care mai ferchezuite, dar dânsa pe mine numai într-un singur chip (adică pe numele de botez). După pensionare, situația s-a răsturnat. Cu toate că numărul apelativelor per total a rămas cam același, eu o mai „alint” acum numai în două moduri (primul, gingaș, pe vreme de pace; al doilea, negingaș, pe vreme de război), pe când Ea, în niciunul drăgălaș, dar, când e „în draci”, în vreo douăzeci de feluri. Nu-i drept! (Scuze! Am greșit puțin. În discuțiile cu cei apropiați, când vine vorba de mine, folosește, cu infinită duiosie, expresia drăgălașă „ăl bătrân”.)

2. CÂND ÎNCEP SĂ CADĂ PRIMELE

FRUNZE-N GĂLBENITE

2.1. Ceea ce știm prea bine, dar refuzăm (încă) să acceptăm

Procesul natural și inevitabil al îmbătrânirii începe, potrivit gerontologiei, în jurul vârstei de 25 de ani, dar efectele vizibile apar, într-o primă fază, cam între 45 și 60 de ani (presenescența), a doua manifestându-se – de data aceasta tranșant –, după vârsta de 60 de ani.