

Моя «Мадлен» Пруста

Sylvain ARBAUDIE · December 13, 2024

PERSONAL

STORYTELLING

REFLECTION

MA MADELEINE DE PROUST

Involuntary memory — sensory anchors that transport us back in time

THE SMELL

Warm bread, butter
flour, sourdough
The sensory anchor

THE WALK

Slow steps, warm hand
never hurrying
Time given freely

THE CHOICE

"What do you feel like?"
A moment of autonomy
Small but precious

THE KITCHEN

Hot chocolate, radio
warm croissant
Everything was fine

GRATITUDE

For time given, attention paid, choices offered — ordinary mornings made extraordinary

Some memories are worth more than all the systems we will ever build

Прустовская концепция

Марсель Пруст в «По направлению к Свану» описывает основополагающий момент французской литературы: окуная мадлен в чашку чая, рассказчик оказывается захвачен потоком детских воспоминаний, которые считал забытыми. Запах, вкус, текстура — эти ощущения вызвали то, что Пруст называет «непроизвольной памятью».

Непроизвольная память — это не сознательное воспоминание, которое мы вызываем намеренно. Это воспоминание, которое настигает нас врасплох, вызванное ощущением — запахом, звуком, вкусом — и переносит нас на мгновение в прошлый момент с такой яркостью, которую сознательная память не способна достичь.

У каждого есть своя мадлен Пруста. Вот моя.

Утра болезни

Когда я был ребёнком, дни болезни имели особый ритуал. Не те дни тяжёлых болезней — а лёгкие простуды, боли в горле, небольшая температура, которая оставляла дома, но не приковывала к кровати.

В такие дни бабушка и дедушка брали эстафету. Пока мои родители работали, именно они присматривали за маленьким больным. И утром, без исключения, дедушка отводил меня в булочную.

Дорога к булочной

Я помню дорогу. Не детали — улицы, дома, расстояния размыты. Но я помню руку дедушки. Большая, мозолистая, тёплая. Рука, которая работала всю жизнь и держала мою с нежностью, контрастирующей с её грубостью.

Я помню ритм его шагов. Медленный, размеренный, приспособленный к моим маленьким ножкам. Он никогда не торопил. Дорога к булочной была не гонкой — это была прогулка, даже когда было холодно, даже когда у меня тёк нос.

Запах

А потом был запах. Запах булочной.

Это и есть моя мадлен Пруста. Этот запах тёплого хлеба, масла, муки и закваски, который обволакивает, когда толкаешь дверь. Запах, у которого нет эквивалента, который не может быть воспроизведён диффузором или ароматизатором. Это запах выпечки, времени, мастерства.

И сегодня, когда я прохожу мимо ремесленной булочной и этот запах доходит до меня, я переношусь. На долю секунды я больше не спешащий взрослый, идущий по улице. Я шестилетний ребёнок, рука в руке дедушки, нос немного красный, ожидающий, когда ему купят круассан.

Выбор

Момент выбора перед витриной был священным. Дедушка никогда не говорил «возьми круассан» или «возьми шоколадный рогалик». Он говорил: «Что тебе хочется?» И ждал, терпеливо, пока я пробежал витрину глазами, колебался между шоколадным пирожным и пирожком с яблоками, менял решение три раза, прежде чем наконец указать пальцем на свой выбор.

Важен был не сам выбор. Важно было то, что он давал мне выбор. В мире, где детям указывают, что делать, с утра до вечера, этот маленький момент самостоятельности был бесценен.

Обратный путь

Обратный путь был другим. У меня было моё сокровище: тёплый бумажный пакет с моей выпечкой. Я шёл немного быстрее, нетерпеливый усесться за кухонный стол у бабушки и дедушки, насыпать чуть больше какао-порошка в кружку горячего молока и откусить от ещё тёплого круассана.

Бабушка была там, на кухне. Кофе уже был готов. Радио тихо передавало утренние новости. И на какое-то время мир был ровно нужного размера: тёплая кухня, круассан, двое дедушка и бабушка, и абсолютная уверенность, что всё хорошо.

Сенсорные якоря

Когнитивная психология говорит о «сенсорных якорях» — стимулах, которые вызывают сильные эмоциональные реакции, потому что связаны со значимым опытом. Запах булочной — мой якорь.

То, что Пруст понял раньше нейроучёных, заключается в том, что эти якоря — не воспоминания. Это порталы. Они не показывают нам прошлое — они возвращают нас туда с эмоциональной интенсивностью, которую сознательное воспоминание воспроизвести не может.

Благодарность

Что я выношу из этой мадлен Пруста, помимо ностальгии — это благодарность.

Благодарность дедушке, который не спешил. Который шёл медленно. Который давал выбор. Который никогда не говорил «поторопись». Который превращал утро болезни в маленькое счастье.

Благодарность бабушке, у которой кофе был готов, кружка горячего шоколада приготовлена, и которая обладала способностью сделать обычную кухню необыкновенно уютной.

Благодарность за эти простые моменты, которые, спустя десятилетия, остаются самыми яркими и самыми ценными воспоминаниями. Не впечатляющие каникулы, не дорогие подарки, не памятные события. Обычные утра, превращённые в необыкновенные моменты простым любящим присутствием двух людей.

Чему нас учат мадлен

Мы строим сложные системы. Мы оптимизируем SQL-запросы, настраиваем кластеры Galera, разворачиваем распределённые архитектуры. Это наша профессия, и она имеет ценность.

Но моменты, которые действительно важны — те, что запечатлены в нашей сенсорной памяти, те, что всплывают десятилетия спустя перед булочной — эти моменты просты. Они состоят из подаренного времени, проявленного внимания, предложенного выбора.

В следующий раз, когда вы пройдёте мимо булочной и запах перенесёт вас куда-то, остановитесь на мгновение. Насладитесь этим путешествием. И если у вас дома есть ребёнок или внук, возьмите его за руку и пойдите вместе за круассаном.

Некоторые воспоминания стоят больше, чем все системы, которые мы когда-либо построим.

Эта статья была первоначально опубликована на [Medium](#).