

Mintea mea...

Dr. Radu Vrasti

Ce este oare mintea mea? Unde este și de ce nu pot totdeauna să o apuc, să o inteleg? De ce este uneori cu mine și alteori este în afara mea și merge unde vrea ea? Și am tot felul de astfel de întrebări care imi apar, ciudat, tot în mintea mea, întrebări care au populat anii mei din urmă. La aceste întrebări ce vin de la mintea mea se cere să răspund!

Era, și încă este, ca și cum cineva sălăsuiește în mine, uneori ascuns, alteori în planul doi, uneori ocupă cu impetozitate primul plan și discută, mă ceartă sau mă incurajează, comentează, anticipează, face planuri, dezbate lucruri care mă privesc sau alte lucruri față de care nu am nici un interes. Tot mintea mea face asta. Sunt și lucruri de care mi-ar fi rușine să vadă lumina zilei. De cele mai multe ori spun că sunt gândurile mele, dar parcă nu totdeauna izvorăsc din vointa mea, ele curg într-un șuvoi care imi scapă...

Eu cred că mintea mea sălăsuiește în substanța aceea gelatinoasă care ocupă în mare parte cutia craniană și care este un ghem de neuroni pe care nimeni vreodată nu o să-i poată descălci. Și mai știu că atunci când o să mor, imediat, de-o dată sau chiar cu ceva mai înainte, această minte mă va părăsi cu raceală. Nu o să plângă după mine. Ca o poveste, imi place să imi inchipui că ea se va duce unde toate mințile noastre se duc, dar nimeni nu ajunge acolo pentru că nu știe unde. Cu toate astea, cred că mințile noastre nu stau pe loc și sunt din ce în ce mai complexe, mai destepete sau mai confuze, oricum erau mult mai simple cu generații în urmă...Poate mă insel!

Imi amintesc că mic copil fiind imi placea să vorbesc cu o persoană pe care o inventasem, care era altcineva decât mintea mea. Conversam cu această persoană și nu doream ca alții să știe ce vorbesc cu ea. Nu aveam cine știe ce secrete, dar doream să țin această persoană doar pentru mine. Avea și un nume. Ulterior am văzut că și alți

copii fac la fel! Poate atunci a aparut mintea mea, care este atat eu cat și altcineva care se oglindește in mine, dar care nu este dublura mea, nici clona mea, nici umbra mea, este ceva diferit și totuși ceva din mine, ceva care imi aparține tot atat de mult cat și nu imi aparține.

Ea mă lasă să cred că este de incredere, dar mă minte frecvent, uneori este inamicul meu, alte ori este instanța mea morală, uneori as vrea să fiu singur, dar peste tot ea mă pandeste. Am citit undeva că Jack London a spus că ficțiunea este mai adevărată ca realitatea și că cel mai bun lucru pe care-l poți face cu realitatea este să o faci să semene cu ficțiunea. Este tocmai ceea ce face mintea mea, m-a înconjurat toată viața cu povești, cu fantezii, cu basme și ele s-au postat între mine și lumea reala și astfel m-au protejat uneori de realitatea constrângătoare. Și nu numai... Au fost multe momente in care am preferat să stau in aceste povești decat să accept realitatea. De fapt mintea mea nu m-a lasat niciodată să știu exact ceea ce este real sau fantezie...Poate de aceea, in Paradisul Pierdut a lui John Milton, Satan spunea: *“Al său propriu lacăș îi este mintea, doar ea poate, din rai un iad și un rai din iad să facă”*. Cu o intuiție realmente genială, John Milton, in 1667, intelesese că mintea este un spațiu interior aparte care modulează percepția realității până in punctul de a o putea modifica radical, guvernand stările noastre afective și dobandind o libertate interioară care, de fapt, ne-a făcut să fim izgnoniți din Rai.

Mă uit in jurul meu la oamenii pe care îi cunosc mai mult sau mai puțin bine și îi văd avand case frumoase, copii realizati și cate alte reusite pe care le-au dobandit in viață. Eu nu stau bine la capitolul acesta, nu m-au pasionat banii și nici averile sau pozițiile sociale. Sau nu am știut să le obțin. Acum, la sfârșitul vieții, dacă totuși cineva mă întreaba care este averea mea, pot spune că singura mea avere, singura mea realizare pe care o pot identifica este mintea mea!

*
* * *

Daniele Moyal-Sharock este profesoara de filosofie la Universitatea Hertfordshire din UK și este o exegetă a marelui filosof germano-britanic Ludwig Wittgenstein. In urmă cu cateva luni ea publica o analiză dintr-o altă perspectivă a

gandirii lui Wittgenstein (Moyal-Sharock, 2025)¹ și spunea că pentru el gândurile, inteligența, voința, memoria, cunoașterea de sine, etc. nu sunt procese cerebrale în sine, ci sunt expresia acțiunii individului. Creierul este doar un factor de activare, el nu este capabil să creeze, să înțeleagă sau să gândească, doar o persoană poate face acestea, trăind în lume și interacționând cu alții. El nu neaga că gândurile noastre sunt dependente de creier, dar ele nu sunt manifestarea fizicistă a activității creierului. Pentru Wittgenstein această interpretare fizicistă, științistă, este o “boala a filosofiei” care se traduce în tendința ei de a explica mai degrabă, decât a descrie. El spune: “*nu gândi, ci privește... din moment ce totul este deschis privirii, nu există nimic de explicat*” (Wittgenstein, 1997, p.126)². Și mai departe el spune că filosoful ar trebui să renunțe la impulsul de a aborda problemele științifice și să se angajeze în sarcina elucidării și rearanjării conceptuale care este singura care poate “*readuce cuvintele de la metafizică la utilizarea lor cotidiană*” (idem, p. 116). În contrast cu tendința noastră de a **atribui** și reduce mintea noastră la procesele fizice din creier, Wittgenstein vede mintea ca expresie a acțiunii și comportamentului uman. În loc de propoziții sau reprezentări generate de rețelele neuronale, acțiunea este fundamentul logic al gândirii, poziție care a inspirat ulterior concepția filosofică contemporană numită “enactivism”. Enactivismul presupune că gândirea, rememorarea, cunoașterea, etc. nu sunt activități exercitate de creier, ci activități ale persoanei în întregul ei, sunt abilități și activități intrupate și inserate în corpul persoanei ce include și creierul. Înțelegerea și navigarea prin lume se fac implicit primar, nu epistemic sau propozițional. Un bărbat află ce este o casă doar după ce intră în ea, un copil află ce este laptele doar după ce îl bea, o pisică nu știe ce este un soarece decât după ce îl prinde (Wittgenstein, 1997, p.477-478)³. Toate acestea amintesc de o conversație de la începutul anilor 1970 între Jonas Salk, inventatorul vaccinului poliomielitei și Gregory Bateson, antropolog, teoretician al sistemelor și filosof al minții. Bateson a întrebat ce este mintea și Salk a arătat spre

¹ Moyal-Sharock D (2025): Why is Wittgenstein important? Think, 24(70): 31-37

² Wittgenstein L (1997): Philosophical Investigation, trans G.E.M. Anscombe, 2nd ed., Oxford: Blackwell, p.126

³ Wittgenstein L, 1997: On Certainty, ed. G. E. M. Anscombe and G. H. von Wright, trans. D. Paul and G. E. M. Anscombe, rev. 1st ed., Oxford: Blackwell, p. 477 - 478.

capul său. Bateson a ras, a clatinat din cap și a arătat spațiul dintre ei, făcând un gest circular care i-a inclus și pe ei doi (conform Thomson E, 2022)⁴.

*
* * *

Intr-o carte esențială asupra problemei “ce este mintea”, Erneling și Johnson scriu încă din prefată: „*Până acum speranța de a raspunde s-a dovedit a fi zădarnică, deoarece specialiștii în știința cognitivă nu au reușit încă să ajungă la un acord asupra unui singur răspuns satisfăcător la întrebarea ce este mintea. În schimb, afirmațiile lor pe această temă rămân multiple, nespecifice, incomplete și uneori chiar contradictorii*” (Erneling și Johnson, 2005, p.4)⁵.

Eu cred că toți oamenii, indiferent unde sunt plasați pe glob sau de ce cultură aparțin, au sentimentul că au o minte, indiferent de cum o pun în cuvintele proprii, indiferent dacă cred că e doar o metaforă sau o expresie lingvistică a reprezentărilor mentale. Sentimentul acesta se dezvoltă odată cu dezvoltarea generală a organismului, care cuprinde atât corpul cât și creierul, proces immanent acestei dezvoltări, așa cum este cazul achiziției limbajului, lucru demonstrat atât de exemplar de Noam Chomsky, care susține că oamenii se nasc cu o capacitate innăscută de a dobândi limbajul, capacitate bazată pe o structură mentală universală. În cazul de care vorbim, capacitatea de a dobândi sentimentul de existență a minții este bazat pe structura și funcția generală a organismului, a cărui scop final este acțiunea. Voi vorbi mai departe despre această problemă.

Nu pot trece mai departe fără să amintesc o lucrare care ridică fascinantă problemă a măsurii în care mintea este o creație culturală, problema pe care o abordează filologul german Bruno Snell (1953/1982)⁶. El scria că mintea, ca obiect de admirație, reflecție și chiar de cercetare, a fost descoperită de greci, de filosofi, poeți

⁴ Thomson E (2022): “What is the mind?” Why better understanding the mind lies at the heart of addressing some of today’s most daunting challenges. Mind & Life Institute, VA: Charlottesville, <https://www.mindandlife.org/insight/what-is-mind/>

⁵ (Erneling CE, Johnson DM (Eds.) (2005): The Mind as a Scientific Object: Between Brain and Culture, Oxford, New York: Oxford University Press, p.4.

⁶ Snell B (1953): The Discovery of the Mind: The Greek Origins of European Thought, New York: Harper; & The Discovery of the Mind in Greek Philosophy and Literature. New York: Dover Books, 1982.

și dramaturgii greci, și această descoperire nu a fost cu nimic mai prejos decât o revoluție. Ei au descoperit mintea umană și această descoperire poate fi comparată cu descoperirea unui nou continent! De atunci înainte mintea a fost mereu în atenția filosofilor și scriitorilor, ca mai apoi să ajungă obiect de cercetare științifică a psihologilor și psihiatrilor. Steven Pinker (1997)⁷ pare să creadă că este greu, dacă nu chiar imposibil să știm și să studiem mintea. El crede că există o graniță intuitiv evidentă, universal aplicabilă, dată de Dumnezeu sau de natură, care separă tot ceea ce aparține zonei, categoriei subiectului adică „conținătorul” minții, de tot ceea ce se află în afara acestuia. Majoritatea cercetătorilor și-au pus întrebarea dacă mintea umană este un lucru universal, este precum un lucru natural („*natural kind*”) ce există indiferent de voința, preconcepțiile și ideologiile noastre. Alții consideră că mintea este o construcție socială, artefact creat de om, care nu se referă la nimic, așa cum ar fi notiunea de Dumnezeu. Există și susținători ai faptului că mintea există dar nu este un „*natural kind*”, ci este o construcție spațio-temporală locală, artefact natural (Leahey, 2005, p.68)⁸. Johnson și Erneling (1997, p. 40)⁹, afirmă că este cel puțin la fel de plauzibil și poate chiar mai plauzibil să spunem că marea majoritate a oamenilor din societatea noastră de astăzi nu se gândesc la minte ca la ceva determinat obiectiv de anumite structuri ale universului însuși, ci mai degrabă ca la un produs al istoriei contingente și al bunului simț (actual). Adică, ei bănuiesc că termenul „minte”, așa cum îl înțelegem în prezent, nu se referă la un concept teoretic a cărui casă se află în domeniul științei și tehnologiei, ci este un cuvânt care trebuie interpretat în termenii categoriilor vieții obișnuite, determinate cultural.

*

* * *

Așa cum spunea filosoful Sanneke de Haan (2020)¹⁰ de la Departamentul de Studii Culturale a Universității Tilburg, Olanda, viziunea că lumea pe care o avem este

⁷ Pinker S (1997): How the Mind Works. New York: W.W. Norton

⁸ Leahey TH (2005): Mind as a Scientific Object: A historical-Philosophical Exploration, in CE Erneling & DM Johnson (Eds.): The Mind as a Scientific Object: Between Brain and Culture, Oxford, New York: Oxford University Press, pp. 35-78.

⁹ Johnson DM, Erneling CE (Eds.): 1997. The Future of the Cognitive Revolution, New York: Oxford University Press, p.40.

¹⁰ De Haan S (2020): Enactive Psychiatry, Cambridge, UK: Cambridge University Press.

formată din două părți, una materială aflată la exterior și a alta, mentală, aflată în interiorul nostru, este parte a simțului nostru comun. Noi considerăm că lumea din exterior este o realitate obiectivă pentru că noi o cunoaștem prin organele de simț care presupunem că nu ne înșeală, iar lumea din interior este produsul minții noastre, este subiectivă și privată, dar care totuși se construiește în mare măsură tot pe baza realității exterioare. Atunci se naște întrebarea: informațiile pe care le luăm de la organele de simț și ajung în mintea noastră sunt o reprezentare fidelă, adecvată, reală, a realității, pot acestea să stea la baza construcției realității care se face în mintea noastră? Această întrebare a fost denumită de Bernstein (1983/2011)¹¹ “*anxietate carteziană*” pentru că izvorăște din dualismul cartezian al celor două substanțe: “*res extensa*” și “*res cogitans*”. Această anxietate evidențiază dilema: este mintea noastră o oglindă a naturii, ori ceea ce percepem nu este realitatea, ci doar proiecția ei în mintea noastră (Rorty, 1979)¹². Această dilemă cuprinde și felul cum privim oamenii pe care-i cunoaștem: reușim să citim ce alții gândesc sau doar ne iluzionăm?

Această tipologie tradițională “înăuntru-în afara” a minții și a lumii este astăzi înlocuită cu teoria enactivismului care propune o înțelegere diferită a minții și a relației ei cu corpul, percepția și acțiunea, teorie lansată de Varela, Thompson și Rosch (1991)¹³. Ei nu erau satisfăcuți cu modelul dominant cognitivist și cu prăpastia care se întindea între științele cognitive și experiențele vieții de zi cu zi și înțelegerea de sine. Preluând idei din variate discipline precum fenomenologia, teoria sistemelor dinamice și sistemele biologice, Varela și colaboratorii propun o nouă viziune a cogniției care spune că cogniția este o activitate întrupată, întrupată și inserată într-un organism în interacțiune cu ambianța lui. Noi trebuie să recunoaștem că activitățile cognitive sunt date de corpul trăitor în ambianțe specifice. Teoria lansată de aceștia, numită și “*enactivă*”, porneste de la ideea că cogniția este o formă a acțiunii întrupate (“*embodied*”) care presupune că cogniția depinde de felul experienței, care la rândul ei este dată de faptul că avem un corp cu capacități senzorio-motorii iar aceste procese sunt mai întâi caracteristice ale acțiunii ca mai apoi să fie parte ale percepției. Percepția

¹¹ Bernstein RJ (1983/2011): *Beyond Objectivism and Relativism: Science, Hermeneutics, and Praxis*, Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

¹² Rorty R (1979): *Philosophy and The Mirror of Nature*, Princeton, NJ: Princeton University Press.

¹³ Varela FJ, Thompson E, Rosch E (1991): *The embodied mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, MA: MIT Press.

și acțiunea sunt fundamenal inseparabile în cogniția trăită. Pentru ei cogniția nu este dată de reprezentările mentale ale realității, ci de faptul că ea este intrupată (*“embodied”*), inserată în corp, lume, fiziologie, acțiune, cultura (*“embeded”*) și este o formă a acțiunii (*“enacted”*). Ideea că cogniția este intrupată înseamnă că ea depinde de corp ca un tot funcțional și nu numai de creier. De ex. studiile despre percepția vizuala au aratat cum felul în care oamenii se mișcă contribuie direct la ceea ce ei vad. Ei fac judecăți diferite despre adâncimea și structura tridimensională în funcție de faptul că ei se mișcă activ sau dacă sunt pasivi față de stimul. Activitatea motorie auto-generată cauzează percepția, ea este o parte a percepției. Vazutul nu se petrece în creier, el se petrece în interacțiunea dintre corp și lume. Creierul facilitează în mod crucial această relație dar nu o generează prin el însuși (Thompson, 2022)¹⁴.

Teoria enactivismului șterge falia dintre minte și lume postulând existența unei relații permanente, continue între organism și lume, o cuplare dinamică care stă la baza menținerii vieții organismului (de ex. a mânca, a respira, a evita pericolele, a se reproduce). Această cuplare dinamică se bazează pe faptul că organisme au propriile granițe, margini și identitate și prin acțiune ele își afla propriul drum pentru a se adapta și supraviețui. Organismul are propria organizare metabolică care determină ca procesele vitale să se reînnoiască continuu printr-un mecanism de autopoieză, proces de auto-prezervare, de menținere a identității organizatorice care are la bază faptul că organismul recunoaște ceea ce este favorabil față de ceea ce este nefavorabil, dă sens și semnificație fiecărui eveniment, clipă de clipă. Toată această construcție care presupune (1) cuplare dinamică cu ambianța, (2) structura autopoietică și (3) facere de sens (*“sens-making”*) pentru ceea ce se petrece în jur, este pentru Varela și colaboratorii săi tocmai procesul cogniției intrupate, care este izvorul minții. În această concepție, atât cogniția cât și mintea sunt procese legate de acțiunea intrupată și inseparabile de percepție și corp, nu sunt procese izolate în creier, ci expresie a unui sistem dinamic intrupat, inserat în acțiune prin cuplare dinamică și de căutare a sensului în relația organismului cu ambianța. Această organizare se găsește la toate

¹⁴ Thomson E (2022): What is the mind? Why better understanding the mind lies at the heart of addressing some of today’s most daunting challenges. Mind & Life Institute, VA: Charlottesville, <https://www.mindandlife.org/insight/what-is-mind>

organismule, incepand cu cele elementare, lucru care l-a facut pe Jonas (1966/2001)¹⁵ să afirme că mintea este prefigurată chiar și la cele mai simple organisme, că mintea ramane mereu o expresie a cogniției enactive și deci a organismului. Organismele vii au nevoie nu numai să distinga mancarea de cea ce nu este de mancat, dar și ce este favorabil de ce este periculos, de cum să fie în siguranță. A trai nu este niciodată dat, este mai curând un proces greu, riscant, care solicită organismelor să dea sens ambianței lor. Această este radacina tezei „continuitatea minte-viața”, care spune că traiul necesită construcția înțeleșului (Thompson (2007)¹⁶; Froese și Di Paolo (2009)¹⁷.

Materia corpului nostru nu este ca a unei roci și ea are viața nu din cauză că o putere vitală misterioasă a fost adăugată ei, ci din cauză că organizarea ei diferă. Odată ce materia este organizată în asemenea mod ca să fie materie vie, ea se va angaja în construcția sensului, a semnificației. Nu există atunci nevoia de a separa materia și cogniția ca referindu-se la două domenii separate, ci trebuie să acceptăm că ele sunt incomprehensibil conectate. Materia în modelul specific de auto-organizare, presupunând cuplare dinamică cu ambianța, autopenia, căutarea sensului prin cogniție enactivă, este ceea ce o face să fie minte (de Haan, 2020)¹⁸. Toate acestea au fost spuse mai întâi de părinții teoriei celor „4E”: procesele mentale nu sunt conținute de creier ci sunt fundamentale „*Embodied*”, „*Embedded*”, „*Enactive*” și „*Extended*” în organism ca întreg (mai multe despre mintea „*Extended*” (extinsă) în Vraști, 2013)¹⁹. Astfel, Maturana (1970)²⁰ spunea că a trai este un proces al cogniției, iar Varela (1991)²¹ și

¹⁵ Jonas H (1966/2001): *The phenomenon of Life: Toward a Philosophical Biology*. Evanston, IL: Northwestern University Press.

¹⁶ Thompson E (2007): *Mind in Life: Biology, Phenomenology, and the Sciences of Mind*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

¹⁷ Froese T. Di Paolo E (2011): ‘The enactive approach: Theoretical sketches from cell to society’. *Pragmatics and Cognition*, 19(1): 1–36.

¹⁸ De Haan S (2020): An enactive approach to psychiatry, *Philosophy, Psychiatry & Psychology*, 27(1);3-25.

¹⁹ Vraști R (2013): De la teoria minții extinse la terapia pe internet, https://www.academia.edu/7128827/DE_LA_TEORIA_MINTII_EXTINSE_LA_TERAPIA_PE_INTE_RNET;

www.vrasti.org/De%20la%20teoria%20mintii%20extinse%20la%20terapia%20pe%20internet.pdf

²⁰ Maturana HR (1970): *Biology of cognition*. In HR Maturana & FJ Varela (Eds.): *Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living*, pp. 2-58. Boston Studies in the Philosophy of Science, vol. 43. Dordrecht: D. Reidel, 1980.

(1997)²² și Weber și Varela (2002)²³ considerau că a trai înseamnă construirea sensului și înțelesului în procesul de relație dintre organism și ambianță. Jonas (ibidem 1966/2002) afirma că viața poate fi cunoscută numai de viață pentru că fiind noi înșine corpuri vii înseamnă că avem înăuntrul nostru cunoaștere, iar Thompson (ibidem, 2007) scria că a trai înseamnă a da sens și a da sens este începutul minții.

Când organismul a pierdut cuplarea dinamică cu ambianța și mecanismul de construire a sensului, mintea a dispărut. Mintea nu este ceva care gândește, ceva care conține limbajul, mintea este ce apare la o ființă vie care se cuplează dinamic de ambianță și află ceea ce este prielnic sau neprielnic vieții și care astfel susține organizarea lui autopoietică. Mintea este viața și viața este mintea! Am putea spune că mintea este o ipostază inerentă vieții, pentru că viața înseamnă un corp în acțiune, indiferent dacă este o celulă sau un organism cu miliarde de celule. Un corp viu trăiește atâta timp cât poate da sens ambianței referitor la ce este favorabil sau nu vieții, deci să aibă o cognitie intrupată și inserată, iar această cognitie este punctul de la care mintea apare și se construiește. Acum am trivializat cât am putut de mult teoria enactivismului!

Într-un articol publicat în manuscris de Daneil Hutto, unul din contributorii și promotorii de seamă ai enactivismului, ce a apărut pe portalul Academia.edu (2006, retrieved on Feb.10th. 2026)²⁴ autorul scrie: ” *Nu există nicio îndoială că enactivismul face valuri în filosofia actuală, în științele cognitive și dincolo de granițele academiei. Deși abia nou-născut, enactivismul s-a impus ca o forță de luat în seamă în gândirea noastră despre minte, cunoaștere, lumea din jurul nostru și multe alte subiecte conexe. Enactivismul radical, în ton cu câteva angajamente fundamentale ale enactivismului original, urmărește să aducă provocări serioase științei cognitive tradiționale și să dezvolte o alternativă coerentă și atractivă la aceasta..La bază, enactiviștii promovează modalități de concepere a minților și a locului lor în natură care ar putea avea implicații revoluționare*”.

²¹ Varela FJ (1991): Organism: a meshwork of selfless selves. In A Tauber (Ed.): Organism and the Origin of Self, pp. 79-107. Dordrecht: Kluwer Academic Publ.

²² Varela FJ (1997): Patterns of life: intertwining identity and cognition. Brain and Cognition 34: 72-87.

²³ Weber A, Varela FJ (2002): Life after Kant: Natural purposes and the autopoietic foundations of biological individuality, Phenomenology and the Cognitive Sciences, 1: 97-125.

²⁴ Hutto D (2026): Enactivism, radical enactivism and their challenge to cognitivism, https://www.academia.edu/106632899/Enactivism_Radical_Enactivism_and_Their_Challenge_to_Cognitivism?email_work_card=title, retrieved Feb.10th, 2026

*
* * *

Body and Soul

Walt Whitman (1819-1892)

I am the poet of the body, and I am the poet of the soul.
I cannot understand the mystery,
But I am always conscious of myself as two - as my soul and I,
(And I reckon it is the same with all men and women).
I too, with my soul and body,
We, a curious trio, picking, wandering on our way.

My life is a miracle and my body which lives is a miracle.
But of what I can nibble at the edges of the limitless and delicious wonder,
I know that I cannot separate them, and call one superior and the other inferior,
any more than I can say my sight is greater than my eyes.
Divine is the body—it is all—it is the soul also,
Behold! the body includes and is the meaning, the main concern,
And includes and is the soul.

*Sunt poetul trupului și sunt poetul sufletului.
Nu pot înțelege misterul,
Dar sunt mereu conștient de mine ca fiind doi - sufletul meu și eu,
(Și cred că este la fel pentru toți bărbații și femeile)
Și eu, cu sufletul și corpul meu,
Noi, un trio curios, culegând, rătăcind pe drumul nostru.*

*Viața mea este un miracol și corpul meu care trăiește este un miracol.
Dar din ceea ce pot rumega pe marginile minunii nelimitate și pline de savoare,
știu că nu le pot separa și nu le pot numi pe unele superioare și pe altele inferioare,
la fel cum nu pot spune că vederea mea este mai presus de ochii mei.
Divin este trupul - este totul - este și sufletul,
Iată! trupul cuprinde și este itelesul, preocuparea principală,
Și trupul cuprinde și este sufletul.*

(traducere personala)