

# Moja magdalenka Prousta

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

## Koncepcja proustowska

Marcel Proust, w "W stronę Swanna", opisuje fundamentalny moment literatury francuskiej: zamoczywszy magdalenkę w filiżance herbaty, narrator zostaje zalany falą wspomnień z dzieciństwa, które uważał za zapomniane. Zapach, smak, tekstura — te doznania wywołały to, co Proust nazywa "pamięcią mimowolną".

Pamięć mimowolna to nie świadome wspomnienie, to które przywołujemy dobrowolnie. To wspomnienie, które nas zalewa bez uprzedzenia, wywołane przez doznanie — zapach, dźwięk, smak — i przenosi nas, na ułamek sekundy, w przeszły moment z żywotnością, której świadoma pamięć nie jest w stanie osiągnąć.

Każdy ma swoją magdalenkę Prousta. Oto moja.

## Poranne choroby

Kiedy byłem dzieckiem, dni choroby miały swój szczególny rytuał. Nie te z poważnych chorób — drobne przeziębienia, bóle gardła, lekkie gorączki, które trzymały w domu, ale nie przykuwały do łóżka.

W te dni moi dziadkowie przejmowali pałeczkę. Gdy rodzice pracowali, to oni czuwali nad małym chorym. A rano, bez wyjątku, dziadek zabierał mnie do piekarni.

## Droga do piekarni

---

Pamiętam drogę. Nie szczegóły — ulice, domy, odległości są rozmazane. Ale pamiętam rękę dziadka. Dużą, szorstką, ciepłą. Rękę, która pracowała całe życie i trzymała moją z delikatnością kontrastującą z jej surowością.

Pamiętam rytm jego kroków. Powolny, regularny, dostosowany do moich krótkich nóg. Nigdy nie przyspieszał. Droga do piekarni nie była wyścigiem — to był spacer, nawet gdy było zimno, nawet gdy ciekł mi nos.

## Zapach

---

I był jeszcze zapach. Zapach piekarni.

To on jest moją magdalenką Prousta. Ten zapach ciepłego chleba, masła, mąki i zakwasu, który otacza cię, gdy otwierasz drzwi. Zapach bez odpowiednika, który nie może być odtworzony przez dyfuzor czy perfumy. To zapach pieczenia, czasu, rzemiosła.

Do dziś, gdy mijam rzemieślniczą piekarnię i dociera do mnie ten zapach, zostaję przeniesiony. Na ułamek sekundy nie jestem już zajęтым dorosłym idącym ulicą. Jestem sześciolatkiem z ręką w dłoni dziadka, z lekko czerwonym nosem, czekającym na kupienie croissanta.

## Wybór

---

Moment wyboru przed witryną był sakralny. Dziadek nigdy nie mówił "weź croissanta" czy "weź pain au chocolat". Mówił: "Na co masz ochotę?". I czekał, cierpliwie, aż przejrzę wzrokiem wystawę, aż zawaham się między eklerką czekoladową a ciastem z jabłkami, aż trzy razy zmienię zdanie, by w końcu palcem wskazać mój wybór.

Nie chodziło o sam wybór. Chodziło o to, że dawał mi wybór. W świecie, gdzie dzieciom mówi się, co robić od rana do wieczora, ten mały moment autonomii był cenny.

## Powrót

---

Droga powrotna była inna. Miałem swój skarb: papierową torebkę, ciepłą, z moim ciastem. Szedłem trochę szybciej, niecierpliwym, by zasiąść przy stole kuchennym u dziadków, wsypać trochę za dużo czekolady w proszku do miski gorącego mleka i ugryźć jeszcze ciepłego croissanta.

Babcia była tam, w kuchni. Kawa była już gotowa. Radio cicho nadawało poranne wiadomości. I przez chwilę świat miał dokładnie odpowiedni rozmiar: ciepła kuchnia, croissant, dwoje dziadków i absolutna pewność, że wszystko jest dobrze.

## Kotwice zmysłowe

---

Psychologia poznawcza mówi o "kotwicach zmysłowych" — bodźcach wywołujących silne reakcje emocjonalne, ponieważ są związane z istotnymi doświadczeniami. Zapach piekarni jest moją kotwicą.

To, co Proust zrozumiał przed neuronaukowcami, to fakt, że te kotwice nie są wspomnieniami. To portale. Nie pokazują nam przeszłości — przenoszą nas tam, z intensywnością emocjonalną, której świadome wspomnienie nie jest w stanie odtworzyć.

## Wdzięczność

---

To, co zapamiętałem z tej magdalenki Prousta, poza nostalgią, to wdzięczność.

Wdzięczność za dziadka, który dawał czas. Który chodził powoli. Który dawał wybór. Który nigdy nie mówił "pospiesz się". Który przekształcał poranek choroby w małe szczęście.

Wdzięczność za babcię, która miała gotową kawę, przygotowany kubek gorącej czekolady i tę zdolność czynienia zwykłej kuchni nadzwyczajnie gościnną.

Wdzięczność za te proste chwile, które dekady później pozostają najżywszymi i najcenniejszymi wspomnieniami. Nie spektakularne wakacje, nie drogie prezenty, nie pamiętne wydarzenia. Zwykłe poranki przekształcone w niezwykłe chwile przez samą kochającą obecność dwóch osób.

## Czego uczą nas magdalenki

---

Budujemy złożone systemy. Optymalizujemy zapytania SQL, konfigurujemy klastry Galera, wdrażamy rozproszone architektury. To nasz zawód i ma on wartość.

Ale chwile, które naprawdę się liczą — te wyryte w naszej pamięci zmysłowej, te wyskakujące dekady później przed piekarnią — te chwile są proste. Składają się z podarowanego czasu, poświęconej uwagi, oferowanego wyboru.

Następnym razem, gdy będziesz mijać piekarnię i zapach przeniesie cię gdzieś, zatrzymaj się na chwilę. Rozkoszuj się podróżą. A jeśli masz dziecko lub wnuczka w domu, weź je za rękę i idźcie razem po croissanta.

Niektóre wspomnienia są warte więcej niż wszystkie systemy, które kiedykolwiek zbudujemy.

---

Ten artykuł został pierwotnie opublikowany na [Medium](#).