

Dr. ec. Radu Mihai CRIȘAN

AUTOAPĂRARE PSIHICĂ

CUM SĂ DEVII IMUN LA MANIPULARE

(Textul integral al anexei
*Deturnarea sistemului de învățământ și arta
fortificării psihice individuale*

din lucrarea: Radu Mihai Crișan,
SPRE EMINESCU.

*Răspuns românesc la amenințările prezentului
și la provocările viitorului,*
ediția a III-a revizuită, Editura Cartea Universitară,
București, 2005, pag. 318-333)



**Cartea™
Universitară**

**BUCUREȘTI
2005**

Editura Cartea Universitară

Str. Prof. Ion Bogdan, nr.11 A, sector 1, București

Tel.: 021-211 01 54; Fax: 021-211 58 47

e-mail: cartea.universitara@pcnet.ro,

www.carteauniversitara.ro

Editură acreditată de *Ministerul Educației și Cercetării prin Consiliul Național al Cercetării Științifice din Învățământul Superior.*

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

CRIȘAN, RADU I. MIHAI

**Autoapărare psihică: cum să devii
imun la manipulare / Radu Mihai I. Crișan. –
București : Cartea Universitară, 2005**

ISBN 973-731-172-8

159.922.27

ISBN 973-731-172-8

*Feriți-vă de profeții
mincinoși, care vin la voi în
îmbrăcămintele de oi, și pe
dinlăuntru sunt lupi răpitori.*

Matei, VII, 15

Nimeni dintre aceia pe care bogăția și onorurile îi așază pe o treaptă mai înaltă nu e mare. Aceasta-i eroarea care ne înșală, că nu apreciem pe nimeni după ceea ce este, ci îi adăugăm și cele ce-l împodobesc.

Când vrei să apreciezi pe cineva la justa lui valoare și să știi ce fel de om este, privește-l gol: să lepede averea, să lepede onorurile și celelalte minciuni ale soartei, să dezbrace până și corpul – privește-i sufletul, dacă-i mare prin altceva sau prin el însuși.

Să apreciem fiecare lucru, îndepărtând ce se spune despre el, și să cercetăm ce este, nu ce e numit.

Seneca,
Epistolae



Învățământul este menit să creeze personalități organice. Acestea sunt conștiente că viața este un sistem de interdependențe multiple și își pun, din proprie voință, viața în slujba unui principiu moral supraordonator. Ancorarea profundă în spiritualitatea și experiența neamului lor le ajută să reacționeze eficient în fața dificultăților, chiar și atunci când se ivesc pe neașteptate. Acum însă, școala creează tipul omului universal - de nicăieri și de peste tot, lipsit de viziunea globală asupra lumii și a existenței. Rupt de tradiție și de mediul în care a trăit, acest om este incapabil să facă față neprevăzutului. Orice bandă politică îl poate manipula, fără ca el să bage măcar de seamă. Îi stă în putere să se autoreguleze individual, utilizând pârghii precum: gândirea, cultura, munca, cinstea, economia, gimnastica, meditația, contemplația și rugăciunea.

O investigație, amănunțită, a procesului istoric ce a condus la deprecierea învățământului românesc este întreprinsă de Nicolae Iorga. Acesta comentează: "Idealul educației e să dezvolti ceea ce există ca înclinație în om și să *nu* încerci a-i da însușiri ce nu se găsesc, ca punct de plecare în însăși ființa lui"¹.

"Școala are datoria de-a ajuta societatea, de-a merge mână-n mână cu ea, și nu de a-i sta în cale. Fiecare școală trebuie să iasă din (să reflecte n.n.) nevoile societății, care trebuie cunoscute și înălțate, ca să ajungă la forma pe care s-o servească școala"².

"Evul mediu – bazat pe inițiativa individuală și pe cea colectivă – avea nevoie de (ingăduia pe n.n.) orice fel de oameni, care se uneau de la sine: nu-i trebuia un om tip. Omul era pregătit pentru o viață spontană.

În acel Ev Mediu, dacă erai creștin, Biserica te creștea ca pe fiul ei, acolo ți se dădea lecția de catehism; acolo învățai rugăciunile, învățai să citești, să scrii. Meșteșugar voiai să te faci, îl alegeai ca profesor pe meșterul cel mai bun. Apoi Universitatea: aceasta era un învățământ absolut liber. Profesorul trata orice chestiune voia, și așa cum voia el, iar studentul îl asculta numai dacă îl interesa (conținutul prelegerii n.n.)³.

¹ Nicolae Iorga, *Ideii asupra problemelor actuale*, pag. 139

² ibidem, pag. 208

³ ibidem, pag. 211, 139

A venit, pe urmă, vremea stăpânirii monarhilor. Suveranul modern avea nevoie de buni supuși. Toate erau așa întocmite ca să pregătească pe bunul cetățean, omul cu credință față de suveran, bun ostaș și, mai ales, bun contribuabil. Dar învățământul acesta nu mergea până jos. Școala primară n-a existat până la revoluția franceză. Erau doar anume (câțiva n.n.) călugări care învățau pe aceia care doreau.

Revoluția franceză, ca și cea sovietică, avea nevoie de anumiți oameni; ei îi trebuia să creeze tipul revoluționarului. De aceea, a înlăturat toate formele mai vechi de învățământ, cu aceeași neîmpăcată ură căreia i-au căzut jertfă atâtea din așezămintele capabile încă de viață ale vechii Francii. Creatori fără rezerve, revoluționarii au înțeles să facă nou în toate, dând contemporanilor ceea ce le trebuia pentru a *nu* fi oameni de curte și de lume, ci cetățeni luptători. Se creează, astfel, școala publică, comună tuturor și gratuită.

Vine apoi Napoleon, care, voind să stăpânească lumea în toate, făcu din tot sistemul său politic o imensă mașină, admirabilă prin puterea și regularitatea ei aproape militară, care-i permiteau să fie pusă în mișcare de un singur om. Școala lui făcea un fel de automat în mâna puterii centrale, îmbina mecanic oameni croiți (educați n.n.) pe același tip, fără îngăduința varietăților individuale. Ea (instituția școlii n.n.) trebuia să fie un fel de fabrică de produs oameni, pe care statul poate să-i întrebuițeze pentru scopurile sale. Pentru a crea individul ascultător ca un soldat,

Napoleon creă școala-cazarmă, cuprinsă într-o construcție de nemiloase linii drepte, care trebuia să primească, în toate treptele ei, un singur impuls, iar acesta să plece de la monarhul singur. Șeful enormei cazărmi școlare e rectorul de Academie, care dispune, în Universitate și în licee, de o întreagă oaste disciplinată de profesori, inspectori etc⁴.

Așadar, în timp ce "universitatea medievală era o școală de cugetare personală, la care venea studentul numai dacă îi plăcea cugetarea profesorului, astăzi, universitatea este o școală de specialități, nelegate între ele⁵, fără nici

⁴ ibidem, pag. 212, 213

⁵ Maniera didactică utilizată în transmiterea conținutului lor informațional către subiecții supuși educării - neevidențiind, în mod deliberat, corelațiile organice existente între diferitele ramuri de știință -, le îngreunează acestora posibilitatea folosirii cunoștințelor dobândite într-un domeniu la mai profunde înțelegere, atât a problematicii celorlalte domenii, cât și, mai ales, a substratului anumitor fenomene social-politice și economice dintre cele mai sensibile și, deopotrivă, mai grave... Spre pildă a scopului ascuns ce stă la baza formulării, într-un anume mod și nu în altul, a vreunui text legislativ, poate chiar a vreunui articol de Constituție ori de tratat internațional. Totodată, ea păgubește și progresului general al cunoașterii științifice, întrucât, după cum relevă Ștefan Odobleja: "Fiecare știință este o porțiune a unui tot care este *știința în general*. Toate științele se inspiră reciproc, confirmându-se ori infirmându-se una pe cealaltă. Progresul unei științe determină progresul celorlalte științe și invers. Când vrei să studiezi o știință, trebui s-o compari și s-o apropii de toate celelalte

un fel de spirit comun și (mai mult n.n.), aceste creațiuni au un scop care nu e în societate, ci *peste* ea și, poate, chiar *împotriva* ei. S-a creat tipul omului abstract, în afară (rupt n.n.) de orice tradiție și de orice împrejurări în care ar avea de trăit, omul care știe dinainte unde va fi așezat, ce gesturi va face în fiecare moment, omul pentru care neprevăzutul n-are nici o importanță (incapabil să facă față oricărei schimbări neașteptate a condițiilor sale de existență n.n.).

Școala fiind în afară de viață, învățându-te să nu ții cont de nimic ce e dincolo de casta cultă, duce la o școlarizare *formală* a omenirii. De aici a ieșit (rezultat n.n.) o umanitate scăzută, lipsită de energie și de entuziasm, lipsită de putința de a acționa și de a reacționa, o umanitate împuținată și strâmbată”⁶. De aceea, dacă “școala de odinioară era contactul dintre cineva care vrea să învețe și cineva care știe”⁷, astăzi (ca să înveți n.n.) ești silit, de multe ori, să te duci la tot felul de imbecili cu atestate, care nu cunosc, nici pe departe, ceea ce au pretenția să te învețe”⁸.

științe. Cele mai miraculoase descoperiri ale științei pure și ale tehnicii nu sunt, adesea, decât generalizări, analogii, translații, comparații, imitații, apropieri, împrumuturi, adaptări la un domeniu oarecare a ideilor și procedeele unui alt domeniu”, Ștefan Odobleja, *Psihologia consonantistă și cibernetica*, Editura Scrisul românesc, Craiova, 1978, pag. 107-110

⁶ Nicolae Iorga, *Idei asupra problemelor actuale*, pag. 138, 139

⁷ ibidem, pag. 207

⁸ ibidem, pag. 206

Așa, “se creează acum, pentru o lume neorganică, un tip de om universal, omul care e de nicăieri și de peste tot, omul în afară (rupt n.n.) de tradiție, în afară (înstrăinat n.n.) de mediul în care a trăit; iar de societatea aceasta nenorocită, intrată în tipicul școlii, oricine poate abuza, orice aventurier sau orice bandă politică se poate face stăpânul ei”⁹ - speculându-i cu abilitate lipsa stilului, adică, după cum se exprimă Mircea Eliade, “a vieții proprii, ierarhice și ritmice a adevărilor (informațiilor fiabile n.n.) adunate”¹⁰ ... Căci, “adevărurile nu prețuiesc nimic atunci când le posezi izolate”¹¹, iar “ceea ce lipsește omului modern ca să fie om întreg, este tocmai intuiția ierarhiei, a cosmizării”¹², adică, a “armonizării lor într-o viziune globală asupra lumii și a existenței”¹³ ... Mai mult, ele nu numai că “nu au valoare izolată, dar ajung de-a dreptul primejdioase când încerci să compensezi cu unul singur absența celorlalte”¹⁴.

Îmbucurător este, însă, faptul că fiecare ființă umană are posibilitatea de a-și înfrânge, progresiv, această slăbiciune, prin activism personal. În acest sens, o serie de semeni ai

⁹ ibidem, pag. 173, 205

¹⁰ Mircea Eliade, *Profetism românesc*, Editura Roza Vânturilor, București, 1990, vol. I, pag. 113

¹¹ ibidem

¹² ibidem

¹³ ibidem

¹⁴ ibidem, pag. 114

noștri, printre care Scarlat Demetrescu, Mircea Eliade, Mihai Eminescu și Petre Georgescu-Delafras, ne reamintesc că dispunem, bineînțeles nelimitativ, de pârgii precum: gândirea, cultura, munca, cinstea, economia, gimnastica, meditația, contemplația, rugăciunea.

Cel mai puternic instrument de autoapărare individuală împotriva agresiunilor manipulatorii, relevă Scarlat Demetrescu, este "fabricarea și subtilizarea (rafinarea n.n.) continuă a materiei noastre mentale, prin "propria noastră gândire, reflectarea la ceea ce am făcut și la urmările faptelor noastre, reflectarea la ceea ce va trebui să facem și analizarea sub toate aspectele a efectelor ce vor urma. De la actele și vorbele noastre, vom trece la vorbele și faptele celor cu care am venit în contact. Care e dedesubtul vorbelor și faptelor, de ce au procedat așa și nu altfel, ce au vrut ei să zică etc. Deosebit de mult se dezvoltă puterea gândirii noastre când examinăm natura și ordinea din ea.

Gândind mereu la probleme abstracte, filosofice, ne vom obișnui într-o asemenea măsură cu acest grad înalt de gândire, încât ideile banale sau (cele n.n.) joshnice ne vor provoca neplăcere. O conversație trivială ne va determina să plecăm din acel mediu. Obișnuit cu adevărul, mentalul nostru nu mai e capabil să emită minciuna. Cantitatea de cunoștințe acumulate ne va face mai înțelepți, așa că zâmbim de milă când primim explicații și argumentări care denotă o desăvârșită ignoranță (după caz: necunoaștere, ignorare ori încălcare n.n.) a

naturii omenești și a legilor naturii. Spiritul se va ascuți, într-o asemenea măsură, încât, prin inducție sau prin deducție, întrevădem sau descoperim adevărul în(;) situațiile și împrejurările cele mai complexe”¹⁵.

Dar, întrucât, în mod legic, pertinenta raționamentelor este condiționată de fiabilitatea filtrului informațional al gândirii care le efectuează, trebui să acordăm, în permanență, o deosebită atenție întreținerii și potențării acestui filtru.

În acest sens, subîniază Petre Georgescu-Delafras, „cultura are o influență binefăcătoare asupra oricărui om, fie el oricât de slab la minte. Ea ne arată rostul vieții, ea ne arată calea pe care trebuie să mergem și ne-o luminează cu raze din ce în ce mai clare, mai strălucitoare. Prin ajutorul culturii, ne făurim încă din vreme un ideal, pe care ținem să-l realizăm zi cu zi, și care formează partea cea mai bună, cea mai frumoasă, a vieții noastre. Ea ne îndepărtează, de asemenea, de apucăturile rele ale semenilor noștri, ne învață să fugim de ale noastre proprii, și ne deprinde să ne ocupăm numai de ceea ce vedem că este folositor, înălțător. Oricine își poate da seama că, în loc să ne pierdem vremea fără vreun folos, cine știe pe unde – poate prin cine știe ce cafenea, cârciumă, colț de stradă –, este mai bine să stăm acasă, sau să mergem la o bibliotecă, și să urmărim cu

¹⁵ Scarlat Demetrescu, *Din tainele vieții și ale universului*, Editura Emet, Oradea, 1998, pag. 49

atenție filele unei cărți care ne interesează. Dacă din două ore libere cât avem, de regulă, cel puțin, pe zi, am întrebuința numai una singură pentru lectură, ar fi de ajuns pentru ca să obținem o cultură demnă de luat în seamă. Sunt atâtea cărți interesante, ce ne dau învățăminte științifice, sociale, etc., precum și cărți literare, care ne descrețesc fruntea, care ne dau (bună n.n.) dispoziție sufletească, care ne mai îndulcesc viața. Apoi sunt o sumedenie de reviste ieftine, în care se găsesc articole destul de variate și de instructive”¹⁶.

Așadar, după cum pledează și Mircea Eliade, “lectura ar putea fi (poate fi n.n.) un mijloc de alimentare spirituală continuă, nu numai un mijloc de informare sau de contemplație estetică”¹⁷. Însă, pentru a putea beneficia - în condițiile înspăimântătoarei eterogenități calitative a informațiilor cuprinse în puzderia de tipărituri din timpul zilelor noastre - de binefacerile ei, trebuie, înainte de toate, să știm să triem tipăriturile cu care intrăm în contact, în sensul de “a nu citi cărțile (pe cele n.n.) proaste sau mediocre, și de a nu citi pe cele bune la timp nepotrivit (adică, atunci când suntem insuficient de maturizați pentru înțelegerea pertinentă a lor n.n.). Verificarea (selectarea n.n.) lecturilor se face foarte simplu: ne simțim (ne-am

¹⁶ Petre Georgescu-Delafraș, *Tari și slabi*, Ediția a III-a, Editura Cugetarea, București, 1937, pag. 86, 87

¹⁷ Mircea Eliade, *50 de conferințe radiofonice*, Editura Humanitas, București, 2001, pag. 120

simți n.n.) mai bogați (sufletește și/sau informațional n.n.) mai vii, mai umani, după o anumită carte? Asta e întrebarea care trebui să și-o pună fiecare. Este cu desăvârșire inutil să citim acele sute de cărți care nu ne spun nimic, care nu ne emoționează și nici nu ne îmbogățesc, acele sute de cărți mediocre, seci și, uneori, dăunătoare. Asemenea cărți se recunosc repede: după zece sau douăzeci de pagini. Se recunosc prin fluviul lor mediocru de fapte ne semnificative, prin personajele ireale, abstracte și inerte, prin mediocritatea analizelor, prin truismele filosofice și limba literară lipsită de orice valoare. În locul acestor cărți, care costă și bani și timp, s-ar putea citi cărțile bune, sau s-ar putea descoperi cărți uitate. Lectura nu ajunge o artă decât în clipa când știe să prevadă valorile și să distingă emoțiile estetice. Și, ca și oricare altă activitate a spiritului omenesc, și arta lecturii nu ajunge o artă nobilă, decât prin puterea sa de a prevedea erorile și mediocritățile, și prin virtutea de a economisi timpul, cărțile esențiale pe care trebui să le cuprindă o bibliotecă personală fiind puține la număr¹⁸. “Problema capitală este deci: prin ce metodă lectura ajunge o funcție organică, de asimilare și nutriție, depășind stadiul diletant, în care se află majoritatea oamenilor? Prin ce mijloc lectura începe să ne învețe să gândim, să înțelegem? Majoritatea semenilor noștri citesc, în cel mai bun caz, ca să afle lucruri noi, ca să știe cât mai multe lucruri. Dorința aceasta este

¹⁸ ibidem, pag. 151, 154, 172

excelență la începutul educației, dar e fatală la mijlocul vieții, la maturitate. Trebuie descoperite, atunci, cărți care ne ajută nu să *știm*, ci să *înțelegem*; cărți care ne îndeamnă, fără știrea noastră, la gândire, la examen (evaluare n.n.), la reflecție personală. Dacă socotim cărțile fundamentale ca un izvor nesecat de energie mentală, lectura ajunge o problemă serioasă atât pentru individ, cât și pentru societate. Te atașezi de cărți pentru nesfârșitele forțe spirituale care stau între copertile lor, gata, întotdeauna, să-ți vină în ajutor, să te înalțe sau să te fecundeze. Nu ne este îngăduit să lăsăm nefolosite asemenea prodigioase izvoare de energie. Nu ne este îngăduit să trecem prin viață nefolosind energia condensată în cărți¹⁹, cu atât mai mult cu cât "cartea este (și n.n.) un ferment spiritual de mare putere... Să ne amintim că, în istorie, evenimentele mari, sunt făcute, de multe ori, de către oameni entuziasmați de o idee, de o carte"²⁰, precum și că "funcția primordială, mistică, a lecturii, este aceea de a stabili contacte între om și Cosmos, de a aminti memoriei scurte și limitate a omului, o vastă experiență colectivă, de a lumina riturile"²¹.

Iar, "dacă, după cum precizează Petre Georgescu-Delafras, "prin mici eforturi, izbutim să ajungem la un grad mai înalt de cultură

¹⁹ ibidem, pag. 175, 176

²⁰ ibidem, pag. 178

²¹ ibidem, pag. 122

intelectuală, atunci pricepem, mai temeinic, că *munca* este condițiunea de căpetenie pentru păstrarea sănătății și a vieții, și că numai prin muncă continuă ne putem vedea idealul îndeplinit... Să muncim pentru perfecționarea meseriei noastre, să muncim pentru luminarea creierului nostru, să muncim pentru binele semenilor noștri.

Chiar dacă se întâmplă să nu ne vedem idealul îndeplinit pe de-a-ntregul, totuși vom fi făcut un progres destul de simțitor, care se poate vedea numai comparându-l cu starea în care ne găseam mai înainte. Și acest progres, presupunând că ar fi mic deocamdată, trebuie să ne bucure, trebuie să ne mândrească, căci, în sfârșit, am făcut ceva. De la a nu face nimic, până la a face oricât de puțin, este distanță mare, mare de tot. Niciodată munca bine chibzuită și folositoare nouă înșine și societății întregi nu rămâne nerăsplătită. Prin muncă, mulți lucrători au ajuns la situații bune și onorabile, prin muncă mulți inculți – oameni din popor – au devenit îndrumători ai omenirii.

Trebuie să ne deprindem să nu așteptăm de la nimeni nici un ajutor. Totul să facem noi înșine, căci numai așa facem ceva trainic. Înălțarea noastră să ne-o facem singuri, cu o deplină conștiință a faptelor noastre. Și, pentru ca să ne înălțăm cât mai sus, trebuie să muncim cât mai mult. Munca, în definitiv (prin rezultatele pozitive pe care ni le aduce n.n.), ne procură adevărata fericire, pe care o căutăm zadarnic aiurea.

Nu mă-ndoiesc că toată lumea înțelege că munca trebui să fie cinstită. Cinstea să ne călăuzească în toate cuvintele noastre, în toate faptele noastre, în toate aspirațiile noastre. Nu ne putem bucura cu adevărat de fructul unei munci încordate, dacă aceasta nu a fost cinstită. A fi cinstit însemnează a avea un caracter frumos, nobil, a fi curat la suflet și, astfel, a merita toată stima celor cu care intrăm în contact. Este chiar o zicătoare: *mai bine sărac, dar cu fața curată*.

Să nu pierdem din vedere nici acest sfat pe care îl auzim adeseori: *Să fim economi!* Da, să fim economi! Economia este cea mai mare bogăție, pentru că niciodată nu mergem cu cheltuiala mai departe de suma de bani ce o avem²². Căci, după cum atât de plastic ni se adresează Mihai Eminescu: "Dintre cel ce câștigă 10 și cheltuiește 11, și cel ce câștigă 2 și cheltuiește 1, acest din urmă e bogat, iar cel dintâi e sărac"²³. "Natural că nu toți pot face economii, fiindcă mulți câștigă atât de puțin, că abia își pot duce viața de azi pe mâine. Dar cei care au un prisos, oricât de mic, e păcat să nu facă economii... Spiritul de economie îl schimbă pe om cu totul: îi dă tărie, îi dă speranțe, îi dă, în sfârșit, mijlocul real de a face, mai târziu, întreprinderi

²² Petre Georgescu-Delafraș, op.cit., pag. 87-89

²³ Mihai Eminescu, *Ilustrații administrative*, Timpul, 18 decembrie 1877, în Opere, vol. X, Ediție critică întemeiată de Perpessicius, Editura Academiei Române, București, 1989, pag. 25

comerciale ori industriale. Și apoi, câte cazuri neprevăzute nu ni se prezintă în viață când avem absolută nevoie de o sumă oarecare de bani? Nu e mai bine ca, în loc să alergăm la cămătari, de la cari să cerem bani-împrumut cu dobânzi oneroase, să avem banul nostru, pus deoparte, și să fim, astfel, totdeauna liniștiți? Da, e mai bine, e de o mie de ori mai bine! De aceea, să nu uităm niciodată acest vechi sfat: să fim economi!

Cultură, muncă, cinste, economie, să fie veșnic prezente în mintea noastră – ele să fie adevăratul nostru crez – și să fim siguri că, niciodată, nu vom avea prilejul să ne plângem de prea multe amărăciuni în viață”²⁴.

De asemenea, “ar trebui (trebui n.n.) să numărăm printre mijloacele de întărire individuală încă ceva: gimnastica (exercițiile fizice n.n.). Este știut că, mulți dintre noi, facem o bună gimnastică chiar în timpul lucrului, dar această gimnastică nu se potrivește cu (este net inferioară ca efecte pozitive în comparație cu n.n.) aceea pe care am face-o în liniște, la aer curat, într-un timp când nu supărăm pe nimeni și când nimeni nu ne supără. Câte puțină gimnastică pe zi, dimineața sau seara, întărește musculatura, ne fortifică corpul, ne înzdrăvenește (înviorează n.n.) tot organismul. Și tocmai acest lucru ne trebuie mai mult decât orice. Știm că o minte sănătoasă nu poate fi decât într-un corp sănătos. Și mai știm că, aproape

²⁴ Petre Georgescu-Delafraș, op.cit., pag. 89-90

Întotdeauna, buna dispoziție pentru orice fel de activitate e în strânsă legătură cu soliditatea corpului și cu buna dispoziție a stomacului. Să ne folosim, deci, și de acest mijloc de întărire fizică, nu pentru ca să devenim atleți, ci pentru ca să dăm corpului nostru o mai mare rezistență, pentru ca să fim oameni întregi”²⁵.

Totodată, continuă Mircea Eliade, un prețios aport la întărirea rezistenței psihice îl constituie meditația. În acest sens, el notează: “Meditația este un exercițiu spiritual foarte puțin practicat în lumea modernă. Deși atâția oameni vorbesc de meditație și teme de meditat, un prea mic număr dintre ei cunosc într-adevăr ce înseamnă acest lucru. Pentru că, în general, oamenii moderni își limitează viața mentală la probleme mondene, la fapte și preocupări prea strâns legate de lumea trecătoare. Ceasurile pe care modernii le petrec fără să se gândească la asemenea lucruri sunt, de cele mai multe ori, pierdute în reverie”²⁶, adică într-un “automatism mental în care – spre deosebire de imaginație și fantezie, unde inițiativa o are mintea umană – omul e pasiv, spectator, asistând cum îi trec prin fața ochilor fel de fel de imagini, aproape toate atenuate, obscure, vagi, descompuse; asociații mentale nefertile care ne stăpânesc și ne

²⁵ ibidem, pag. 90,91

²⁶ Mircea Eliade, *50 de conferințe radiofonice*, pag. 132

împiedică să fim trezi (lucizi n.n.) chiar și în marile împrejurări (cumpene n.n.) ale vieții noastre”²⁷.

“După cum sunt o sumă de oameni cărora li se pare că meditează – în timp ce doar visează treji -, sunt și foarte mulți care cred că meditează pentru că se gândesc la anumite probleme, mai mult sau mai puțin esențiale. A te gândi la o chestiune politică, a studia un aspect al problemei sociale, a reflecta chiar la un subiect general – cum ar fi liniile de dezvoltare istorică a unui popor – nu înseamnă a *medita*. Înseamnă, pur și simplu, a gândi; adică a căuta să înțelegi cauza unui lucru, sau legea sa de dezvoltare, sau valoarea lui obiectivă. Gândirea este un exercițiu mental foarte dificil și foarte nobil, dar meditația este cu totul altceva. Prin meditație se înțelege numai acel exercițiu spiritual prin care omul încearcă să se apropie de marile realități; bunăoară, de realitatea morții sau a nimicniciei vieții omenești. Obiectele meditației pot fi numeroase, dar funcția ei rămâne aceeași: de a aminti omului legile de fier care îl conduc, realitățile esențiale pe care el le uită prea des, prins de vârtoarea lumii și antrenat în durerile și ambițiile ei trecătoare. A medita este un lucru responsabil, în sensul că, prin meditație, omul se așează față în față cu realitatea. Noi știm ce extraordinară plasă de iluzii țesem în fața ochilor noștri, ca să nu vedem limpede și continuu realitatea... Noi știm cu ce artă ne păcălim pe noi înșine, spunându-ne că viața nu cunoaște legi, fie

²⁷ ibidem, pag. 126, 127

că plăcerea este singura morală posibilă, sau mai știu eu ce. Cu asemenea iluzii trăim, ne zbatem, încercăm să învingem – și, chiar, cu asemenea iluzii încercăm să ne resemnăm. Dar nu ne dăm seama că sunt iluzii decât când, printr-o întâmplare oarecare, suntem puși față în față cu realitatea, cu adevărata realitate. Asemenea întâmplări străbat în viața fiecărui om. Nu se poate ca să nu rămânem, cel puțin o dată în viața noastră, singuri, cu desăvârșire singuri, departe de lume, departe de lumini (amăgiri sclipitoare n.n.) și oameni, și să nu înțelegem, deodată, falsitatea vieții pe care o viețuim, cumplita ei mediocritate, cumplita ei irealitate mai ales. Fiecare om și-a făcut atunci făgăduieli solemne, că va fi mai puțin nepăsător față de sufletul lui, că-și va dedica o cât de mică parte din timpul și eforturile sale, pentru nutrirea și luminarea acestui suflet. Dar toți cunoaștem, din trista noastră experiență, cât de repede am uitat asemenea ceasuri revelatorii, cât de repede am uitat și solemnele noastre făgăduieli. Plasa iluziilor este mai tare, cu mult mai tare decât dorința noastră de bine... Găsim atâtea lucruri de făcut, atâtea probleme de dezbătut, atâtea munci de împlinit – trecem prin atâtea pasiuni, și entuziasme, și revolte, și dureri, și bucurii –, încât nu mai avem nici timp, nici înclinare de a gândi puțin și la ființa noastră sufletească, la fericirea noastră. Fericirea se confundă, în lumea modernă, cu nenumărate erezii (abateri de la verticalitatea morală n.n.) și simulacre, dar cea mai obișnuită confuzie este între fericire și

confort. De aceea, oamenii care caută, cu orice preț, confortul, îmbelșugarea, stăpânirea a cât mai multe și mai scumpe lucruri, nu vor întâlni, niciodată, fericirea... Fericit nu poate fi decât omul care nu se teme de realitate, care îi pătrunde legile, care își cunoaște, mai ales, sufletul... Meditația ar fi (este n.n.) deci exercițiul spiritual prin care omul se întoarce în realitate, în adevărata realitate; pe care fiecare dintre noi o întrezărește câteodată, dar pe care fiecare dintre noi o uită neiertat de repede. Meditația este tocmai tehnica prin care omul se poate apropia de realitate în orice condițiuni, în orice decor – căci, chiar dacă se realizează mai bine în singurătate, în deplină liniște, aproape de natură, cadrul nu îi este indispensabil. Lucrul esențial este să medităm; adică să ne reculegem, să ne regăsim, să luăm contact cu realitatea, să cunoaștem adevărata condiție umană, adevăratul sens al existenței - dincolo de plasa iluziilor, dincolo de micile aranjamente logice și morale ale fiecăruia dintre noi ... Gândiți-vă câte lucruri încurcate s-ar simplifica și câte dureri obscure ar fi înlăturate, dacă, în fiecare noapte, înainte de a se pregăti pentru somn, omul ar rămâne numai câteva minute singur și ar avea curajul să privească drept realitatea... Noi, de obicei, trecem direct din patimile, din ambițiile, muncile și reveriile zilei, în somnul inert al nopții. Nu avem nici măcar cinci minute ca să medităm; să ne amintim, adică, adevăratul sens al vieții, să ne amintim că moartea ne poate surprinde în orice clipă, și noi

n-am făcut nimic, dar absolut nimic, pentru creșterea și luminarea sufletului nostru. Meditația este o foarte bună chemare la ordine, este un interval real între cele două mari perioade de vis – visul cotidian al iluziilor și patimilor, și visul nocturn al trupului... Prin meditație ne amintim că suntem oameni, că există o demnitate a speciei umane, și această demnitate este tocmai înțelegerea (de către noi a n.n.) sensului existenței noastre²⁸, de a “ne împăca cu lumea din afară și cu sufletul nostru”²⁹. “Numai animalele trăiesc fără conștiința vieții lor. Omul e dator să-și dea seama de viața lui, de condiția umană – nu numai să lupte pentru îmbunătățirea acestei vieți”³⁰, și, mai grav, să caute “a trece peste fragmentul de timp care îl deprimă, în care se simte inert, obosit, negativ, consumându-l în distracții cu ritm bolnăvicios, febril, nevrotic. O (astfel de n.n.) distracție cheamă pe alta; adică fiecare distracție își epuizează virtutea înainte ca omul să fi depășit timpul negativ, înainte ca el să se simtă stimulat, luminos, fertil”³¹, îndeamnă ființa umană la “lene intelectuală - etern vagabondaj (mental n.n.) sau disponibilitate determinată din incapacitatea de a acționa”³².

²⁸ ibidem, pag. 132-136

²⁹ ibidem, pag. 159

³⁰ ibidem, pag. 135

³¹ ibidem, pag. 146

³² ibidem, pag. 161

Un alt exercițiu spiritual benefic este contemplația. "Termenul *contemplație* se referă la o experiență concretă, bine precizată, prin care conștiința noastră poate cunoaște anumite *obiecte* care nu ne sunt date (cognoscibile n.n.) imediat prin simțuri. Așadar, contemplația ar fi (este n.n.) un instrument de cunoaștere, prin care omul ia cunoștință de anumite realități dincolo de simțuri; căci atât esența operei de artă, cât și esența lui Dumnezeu nu sunt obiecte care ne cad nemijlocit sub simțuri. Ca și celelalte exerciții spirituale, ea, contemplația, restaurează echilibrul interior al omului, îi amintește care e adevăratul sens al existenței, îl ajută să cunoască realitățile ultime, pe lângă care omul trece, de obicei, orb și surd"³³. Într-un cuvânt, exercițiul contemplației "nu este altceva decât cunoașterea reală, concretă, experimentală, a acestor realități ultime. Prin contemplație, omul înțelege global marele miracol al Vieții, prin el își amintește de celălalt mare miracol, al morții. Este adevărat că nu-mi pot cunoaște prin anticipație propria mea moarte. Dar pot foarte bine cunoaște moartea altora; pot, adică, observa că oamenii mor lângă mine, și această observație o pot transforma în experiență. O experiență care se deosebește hotărât de toate celelalte experiențe cotidiene ale omului. O experiență pe care o pot transforma în contemplație. Căci funcțiunea contemplației este tocmai această trăire, această experimentare a

³³ ibidem, pag. 137

Adevărilor Mari, cum sunt, bunăoară, moartea, viața, dragostea. Prin contemplație omul se poate ridica, de la experiența de fiecare zi a vieții, la înțelegerea concretă a sensului vieții; după cum se poate ridica de la faptul morții unei persoane scumpe, la înțelegerea concretă a realității morții. Contemplația este singurul exercițiu spiritual care se referă nu la *probleme* și la *adevăruri*, ci la ființa totală a omului. Prin celelalte mijloace de cunoaștere, ne apropiem de o realitate fragmentată sau ne însușim adevăruri limitate. Prin contemplație, luăm contact cu ființa noastră totală, indivizibilă, concretă. Oricâte adevăruri am aduna asupra omului, sau a vieții, sau a morții, nu putem epuiza aceste realități, nu putem spune: *Acum cunosc tot despre om sau despre viață!* Sunt milioane de fapte adunate până acum asupra vieții; milioane de fapte culese din științele naturale, din biologie, din economia politică, din sociologie, din istorie. Și totuși, aceste milioane de fapte, la care se adaugă, zilnic, alte mii și alte zeci de mii, și al căror număr nu se va sfârși niciodată, nu epuizează această gravă realitate : viața omului. Nu știm niciodată *totul* despre o asemenea realitate. Sunt atâtea aspecte, atâtea funcțiuni, atâtea fapte, încât s-au creat câteva duzini de științe ca să le adune, să le coordoneze, să le explice. Exercițiul numit *contemplație* are tocmai rolul de a chema la ordine, de a scoate pe om din milioanele de fapte și miile de adevăruri care îl înconjoară și a-l pune față în față cu realitatea *adevărată* și simplă. Problema capitală a

omului este căutarea sensului existenței. Sunt întrebări pe care nu le poate ocoli nimeni: *Cine sunt? Ce sens are viața pe Pământ? De ce m-am născut?* Asemenea întrebări și le-au pus oamenii (încă n.n.) de la începutul istoriei, și la ele trebuie să răspundă fiecare ins în parte. Demnitatea omului, conștiința lui morală, valoarea speciei umane chiar depind de asemenea întrebări. Și răspunsul (la ele n.n.) nu-l găsim prin nici o știință. Răspunsul la aceste întrebări nu-l putem afla cercetând milioanele de fapte și miile de adevăruri care ne înconjoară, ci contemplând *faptul* direct, realitatea întregă și indivizibilă. S-a observat, de către nenumărați gânditori, marea deosebire dintre *fapte* și *fapt*. Faptele sunt infinite, și colecționarea lor nu se poate termina niciodată. *Faptul*, însă, îl întâlnim mai rar; viața noastră întregă este un asemenea fapt; iubirea sau moartea constituie un fapt. Contemplarea faptului este mult mai fertilă, pentru creșterea noastră sufletească, decât cunoașterea a un milion de fapte... Marea realitate a vieții este *viața ca fapt, ca unitate*. Înțelegerea globală, experimentală, concretă, nu se poate obține decât prin contemplație... Nu înțelegi viața cercetând milioanele de fragmente care o alcătuiesc, ci încercând să-i pătrunzi sensul esențial. Nu poți înțelege omul studiind antropologia, istoria sau economia politică, ci lămurindu-ți, ție însuți, sensul existenței umane, condiția umană. Meditația, tăcerea, singurătatea, contemplația, sunt exerciții spirituale pe care nu le mai practică aproape nimeni astăzi. De aceea se

Întâlnesc astăzi atâția oameni care nu știu de ce trăiesc, care nu înțeleg ce înseamnă sensul existenței. Aceasta încă n-ar fi prea grav. Dar se întâmplă și altceva. Asemenea oameni au o viață sufletească pipernicită și bolnavă. Sunt foarte mulți oameni bolnavi în jurul nostru, nu numai piperniciți sufletește³⁴. Constatăm, chiar, “un fenomen general: că, în timp ce creșterea organică a omului (dezvoltarea trupului omenesc n.n.) este continuă, ea neterminându-se decât odată cu moartea biologică – creșterea spirituală a sa se oprește în jurul vârstei de 16 ani. De atunci, majoritatea oamenilor nu mai cresc, nu se mai dezvoltă. Aceasta din cauza unei insuficiente nutriții spirituale. Omul rămâne toată viața cu câteva superstiții logice, câteva scheme mentale, prin care se încăpățânează să judece lumea și spiritul”³⁵. Iar “cauza acestei grave insulte aduse demnității umane o găsim în necunoașterea adevărilor simple, în ignorarea exercițiilor spirituale care relevă omului adevăratul sens al existenței. Omul modern trăiește prea mult înconjurat de fapte și adevăruri abstracte, universale. Contemplația are tocmai acest rol de a transforma adevărurile universale în experiențe concrete. Dacă oamenii s-ar gândi mai des la viață, la dragoste și la moarte – la aceste trei

³⁴ ibidem, pag. 137-141

³⁵ ibidem, pag. 122

realități decisive și esențiale – lumea contemporană ar fi, fără îndoială, altfel”³⁶.

Un extraordinar potențator al efectului benefic, ce-l putem obține, fiecare dintre noi, prin utilizarea acestui mix de metode autofortificatoare, este *rugăciunea*. “Ea - ne dezvăluie același Mircea Eliade - este trăirea sentimentului de dependență, înălțarea sufletului către Dumnezeu, setea de mântuire – adică de împăcare a omului cu el însuși și cu Firea... În rugăciune se rezumă drama condiției umane, marea ei neputință și arzătoarea ei speranță... Ea este cel mai pur și, în același timp, mai uman act al vieții religioase; este actul de abdicare a omului în fața unei puteri nevăzute, actul lui de subsumare unei divinități”³⁷ ... Rugăciunea îndelungată și arzătoare “hrănește înțelegerea noastră spirituală, face loc în suflet să primim pe Dumnezeu, luminează omului lucrurile lui Dumnezeu, ne face familiari cu fulgerele Luminii, ajută să crească credința și nădejdea în Lumea Binelui”³⁸, adică, potrivit lui Grigore Cristescu, a acelei organizări sociale spiritualizate, caracterizate prin “reintegrarea sufletului omenesc în sfera superioară a unei viețuirii fără umbre și fără scăderi”³⁹.

³⁶ ibidem, pag. 141

³⁷ ibidem, pag. 108, 109

³⁸ ibidem, pag. 113

³⁹ Grigore Cristescu, *Fapte și orientări creștine*, Editura Ramuri, Craiova, 1924, pag. 10

“Omul - conceptualizează Vasile Băncilă - a trăit multă vreme într-un mediu socio-cosmic. Acesta e mediul natural, sănătos, biologic și spiritual totodată. Astăzi însă, el trăiește numai într-un mediu social, și încă într-o societate unilaterală sau de extracte epidermice (și, mai grav, mediului său actual îi sunt caracteristice îngustimea intelectual-afectivă și instinctualitatea primar-senzuală n.n.) Sufletul omenesc trebuie să-și ceară drepturile până în cele din urmă. Ceea ce se impune e o *recosmizare a omului*. O stabilire a legăturilor cu realitatea, o *reontologizare a sa*”⁴⁰.

Prin transformarea de către din ce în ce mai mulți dintre noi a mixului acțional enunțat în mod de viață, “funcțiile majore ale omului – funcția morală, funcția religioasă, funcția logosului – vor reapărea în chip firesc în umanitate”⁴¹, având ca izvoare “reșorbirea artificialităților și reîncadrarea în realitate”⁴². Iar ea, umanitatea, va conștientiza din nou magnifica realitate a ritmurilor cosmice, surprinsă, de către Vasile Pârvan, în doar două fraze tulburător de dense: “Fenomenele vieții omenеști sunt o parte integrantă din ritmica universală. Aceleași legi cosmice determină viața umană și pe cea extraumană, pe *Pământ*, ca și în

⁴⁰ Vasile Băncilă, *Filosofia vârstelor*, Editura Anastasia, București, 1997, pag. 33, 34

⁴¹ ibidem, pag. 34

⁴² ibidem

viața lumilor nesfârșite, în *Univers*⁴³. O formulare identică, dar relativ detaliată, a substanței informaționale a acestor gânduri, utilă, după părerea mea, înțelegerii cât mai profunde a lor, ne este oferită de Dumitru Constantin Dulcan: "Toate planurile existenței vizibile și (a celei n.n.) invizibile se suprapun: orice acțiune în plan verbal, afectiv, organic sau funcțional, fizic sau pur informațional, se traduce obligatoriu în termeni de energii, de atomi, de reacții chimice, de mobilizare fizică, de ineluctabile legități. Fără această suprapunere de planuri – începând de la particulele subatomice, trecând prin chimie, biochimie, fiziologie, informație, cibernetică, Univers – nimic nu există.

Legea fundamentală a Universului o constituie corelarea armonioasă a *tuturor* acestor planuri. Orice distorsiune la nivel de acțiune sau numai de gând implică boala și suferința. Soluția prevenirii lor constă în respectarea legii armoniei prin controlul conștient al întregii conduite, care trebuie să aibă o finalitate în exclusivitate pozitivă, negentropică"⁴⁴.

Și, în măsura în care, gradul nostru de autodisciplină va crește, solidarizarea noastră cu următoarele mărturii, depuse în fața eternității de către Valeriu Popa, va fi mai profundă: "Din viață

⁴³ Vasile Pârvan, *Idei și forme istorice*, Editura Cartea Românească, București, 1920, pag. 49

⁴⁴ Dumitru Constantin-Dulcan, *Inteligența materiei*, Ediția a II-a revăzută și adăugită, Editura Teora, București, 1992, pag. 292, 293

nu rămâi decât cu cunoștințele științifice acumulate din toate domeniile și cu faptele de iubire morală. Așa e bagajul cu care pleci sus, asta e toată averea ta. Prin credință și știință, trebuie să ajungem la convingerea că nu suntem independenți, ci dependenți, modul de dependență față de Ceva sau de Cineva, va fi demonstrat mâine⁴⁵. Tot ceea ce facem, de la gând, privire, gest, vorbă, faptă, se înregistrează undeva în *finitul* (determinabilul, *astăzi* doar cu mijloace extrasenzoriale, dar *mâine* cu procedee tehnice ale căror rezultate vor putea fi observate, senzorial, de către oricine n.n.) care ne înconjoară și, când plecăm din viață ne reîntâlnim cu noi, fiind direct răspunzători pentru tot ce am făcut⁴⁶.

----- * * -----

⁴⁵ Valeriu Popa, Sanda Ștefan, Raluca Dumitrache, *Dăruim lumină și iubire pentru vindecarea sufletului și a trupului*, Tipografia Everest 2001, București, 2002, pag. 15

⁴⁶ ibidem, pag. 8

„Bărbatul cuminte și-a clădit casa pe piatră.

Piatra pe care n-au luat-o în seamă clăditorii, aceasta a fost făcută pentru cap de unghi. De la Domnul a fost ea.

Urmează-Mi și lasă morții să îngroape pe morții lor”*

*Matei VII, 24; XXI, 42; VIII, 22