Dr. ec. Radu Mihai CRIŞAN

AUTOAPĂRARE PSIHICĂ

CUM SĂ DEVII IMUN LA MANIPULARE

(Textul integral al anexei
Deturnarea sistemului de învățământ şi arta fortificării psihice individuale
din lucrarea: Radu Mihai Crişan,
SPRE EMINESCU.
Răspuns românesc la amenințările prezentului şi la provocările viitorului,
ediția a III-a revizuită, Editura Cartea Universitară,
Bucureşti, 2005, pag. 318-333)

Cartea™ Universitară

BUCUREŞTI
2005

Editura Cartea Universitară
Str. Prof. Ion Bogdan, nr.11 A, sector 1, Bucureşti
Tel.: 021-211 01 54; Fax: 021-211 58 47
e-mail: cartea.universitara@pcnet.ro,
www.carteauniversitara.ro

Editură acreditată de *Ministerul Educaţiei şi Cercetării* prin *Consiliul Naţional al Cercetării Ştiinţifice din Învăţământul Superior*.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
CRIŞAN, RADU I. MIHAI
Autoapărare psihică: cum să devii imun la manipulare / Radu Mihai I. Crişan. – Bucureşti : Cartea Universitară, 2005
ISBN 973-731-172-8

159.922.27

ISBN 973-731-172-8

Feriți-vă de profeții mincinoşi, care vin la voi în îmbrăcăminte de oi, şi pe dinlăuntru sunt lupi răpitori.

Matei, VII, 15

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

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

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

Seneca,
Epistolae



Învățământul este menit să creeze personalități organice. Acestea sunt conştiente că viața este un sistem de interdependențe multiple şi îşi pun, din proprie voință, viața în slujba unui principiu moral supraordonator. Ancorarea profundă în spiritualitatea şi experiența neamului lor le ajută să reacționeze eficient în fața dificultăților, chiar şi atunci când se ivesc pe neaşteptate. Acum însă, şcoala creează tipul omului universal - de nicăieri şi de peste tot, lipsit de viziunea globală asupra lumii şi a existenței. Rupt de tradiție şi 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 autoredreseze individual, utilizând pârghii precum: gândirea, cultura, munca, cinstea, economia, gimnastica, meditația, contemplația şi rugăciunea.

O investigare, amănunțită, a procesului istoric ce a condus la deprecierea învățământului românesc este întreprinsă de Nicolae Iorga. Acesta comentează: "Idealul educației e să dezvolți ceea ce există ca înclinație în om şi să *nu* încerci a-i da însuşiri ce nu se găsesc, ca punct de plecare în însăşi ființa lui"[1].

"Şcoala are datoria de-a ajuta societatea, de-a merge mână-n mână cu ea, şi nu de a-i sta în cale. Fiecare şcoală trebui să iasă din (să reflecte n.n.) nevoile societății, care trebui cunoscute şi înălțate, ca să ajungă la forma pe care s-o servească şcoala"[2].

"Evul mediu – bazat pe inițiativa individuală şi pe cea colectivă – avea nevoie de (îngăduia 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 spontanee.

În acel Ev Mediu, dacă erai creştin, Biserica te creştea ca pe fiul ei, acolo ți se dădea lecția de catehism; acolo învățai rugăciunile, învățai să citeşti, să scrii. Meşteşugar voiai să te faci, îl alegeai ca profesor pe meşterul cel mai bun. Apoi Universitatea: aceasta era un învățământ absolut liber. Profesorul trata orice chestiune voia, şi aşa cum voia el, iar studentul îl asculta numai dacă îl interesa (conținutul prelegerii n.n.)[3].

---

[1] Nicolae Iorga, *Idei 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 supuşi. Toate erau aşa întocmite ca să pregătească pe bunul cetățean, omul cu credință față de suveran, bun ostaş şi, mai ales, bun contribuabil. Dar învățământul acesta nu mergea până jos. Şcoala primară n-a existat până la revoluția franceză. Erau doar anume (câțiva n.n.) călugări care învățau pe aceia care doreau.

Revoluția franceză, ca şi 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 aceeaşi neîmpăcată ură căreia i-au căzut jertfă atâtea din aşezămintele 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 şi de lume, ci cetățeni luptători. Se creează, astfel, şcoala publică, comună tuturora şi gratuită.

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

Napoleon creă şcoala-cazarmă, cuprinsă într-o construcţie de nemiloase linii drepte, care trebuia să primească, în toate treptele ei, un singur impuls, iar acesta să plece de la monarhul singur. Şeful enormei cazărmi şcolare e rectorul de Academie, care dispune, în Universitate şi în licee, de o întreagă oaste disciplinată de profesori, inspectori etc[4]".

Aşadar, în timp ce "universitatea medievală era o şcoală de cugetare personală, la care venea studentul numai dacă îi plăcea cugetarea profesorului, astăzi, universitatea este o şcoală de specialităţi, nelegate între ele[5], fără nici

---

[4] ibidem, pag. 212, 213

[5] Maniera didactică utilizată în transmiterea conţinutului lor informaţional către subiecţii supuşi educării - neevidenţiind, în mod deliberat, corelaţiile organice existente între diferitele ramuri de ştiinţă -, le îngreunează acestora posibilitatea folosirii cunoştinţelor dobândite într-un domeniu la mai profunda înţelegere, atât a problematicii celorlalte domenii, cât şi, mai ales, a substratului anumitor fenomene social-politice şi economice dintre cele mai sensibile şi, deopotrivă, mai grave... Spre pildă a scopului ascuns ce stă la baza formulării, într-un anume mod şi nu în altul, a vreunui text legislativ, poate chiar a vreunui articol de Constituţie ori de tratat internaţional. Totodată, ea păgubeşte şi progresului general al cunoaşterii stiinţifice, întrucât, după cum relevă Ştefan Odobleja: "Fiecare ştiinţă este o porţiune a unui tot care este *ştiinţa în general*. Toate ştiinţele se inspiră reciproc, confirmându-se ori infirmându-se una pe cealaltă. Progresul unei ştiinţe determină progresul celorlalte ştiinţe şi invers. Când vrei să studiezi o ştiinţă, trebui s-o compari şi s-o apropii de toate celelalte

un fel de spirit comun şi (mai mult n.n.), aceste creaţiuni au un scop care nu e în societate, ci *peste* ea şi, poate, chiar *împotriva* ei. S-a creat tipul omului abstract, în afară (rupt n.n.) de orice tradiţie şi de orice împrejurări în care ar avea de trăit, omul care ştie dinainte unde va fi aşezat, ce gesturi va face în fiecare moment, omul pentru care neprevăzutul n-are nici o importanţă (incapabil să facă faţă oricărei schimbări neaşteptate a condiţiilor sale de existenţă n.n.).

Şcoala fiind în afară de viaţă, învăţându-te să nu ţii cont de nimic ce e dincolo de casta cultă, duce la o şcolarizare *formală* a omenirii. De aici a ieşit (rezultat n.n.) o umanitate scăzută, lipsită de energie şi de entuziasm, lipsită de putinţa de a acţiona şi de a reacţiona, o umanitate împuţinată şi strâmbată"[6]. De aceea, dacă "şcoala de odinioară era contactul dintre cineva care vrea să înveţe şi cineva care ştie"[7], astăzi (ca să înveţi n.n.) eşti silit, de multe ori, să te duci la tot felul de imbecili cu atestate, care nu cunosc, nici pe departe, ceea ce au pretenţia să te înveţe"[8].

ştiinţe. Cele mai miraculoase descoperiri ale ştiinţei pure şi ale tehnicii nu sunt, adesea, decât generalizări, analogii, translaţii, comparaţii, imitaţii, apropieri, împrumuturi, adaptări la un domeniu oarecare a ideilor şi procedeelor unui alt domeniu"., Ştefan Odobleja, *Psihologia consonantistă şi 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

Aşa, "se creează acum, pentru o lume neorganică, un tip de om universal, omul care e de nicăieri şi de peste tot, omul în afară (rupt n.n.) de tradiţie, în afară (înstrăinat n.n.) de mediul în care a trăit; iar de societatea aceasta nenorocită, intrată în tipicul şcolii, 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 vieţii proprii, ierarhice si ritmice a adevărurilor (informaţiilor fiabile n.n.) adunate"[10]... Căci, "adevărurile nu preţuiesc nimic atunci când le posezi izolate"[11], iar "ceea ce lipseşte omului modern ca să fie om întreg, este tocmai intuiţia ierarhiei, a cosmizării"[12], adică, a "armonizării lor într-o viziune globală asupra lumii şi a existenţei"[13]... Mai mult, ele nu numai că "nu au valoare izolată, dar ajung de-a dreptul primejdioase când încerci să compensezi cu unul singur absenţa celorlalte"[14].

Îmbucurător este, însă, faptul că fiecare fiinţă umană are posibilitatea de a-şi 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, Bucureşti, 1990, vol. I, pag. 113
[11] ibidem
[12] ibidem
[13] ibidem
[14] ibidem, pag. 114

noştri, printre care Scarlat Demetrescu, Mircea Eliade, Mihai Eminescu şi Petre Georgescu-Delafras, ne reamintesc că dispunem, bineînţeles nelimitativ, de pârghii precum: gândirea, cultura, munca, cinstea, economia, gimnastica, meditaţia, contemplaţia, rugăciunea.

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

Gândind mereu la probleme abstracte, filosofice, ne vom obişnui într-o asemenea măsură cu acest grad înalt de gândire, încât ideile banale sau (cele n.n.) josnice ne vor provoca neplăcere. O conversaţie trivială ne va determina să plecăm din acel mediu. Obişnuit cu adevărul, mentalul nostru nu mai e capabil să emită minciuna. Cantitatea de cunoştinţe acumulate ne va face mai înţelepţi, aşa că zâmbim de milă când primim explicaţii şi argumentări care denotă o desăvârşită ignoranţă (după caz: necunoaştere, ignorare ori încălcare n.n.) a

naturii omeneşti şi a legilor naturii. Spiritul se va ascuți, într-o asemenea măsură, încât, prin inducție sau prin deducție, întrevedem sau descoperim adevărul în(;) situațiile şi împrejurările cele mai complexe"[15].

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

În acest sens, subiniază 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 şi 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, şi care formează partea cea mai bună, cea mai frumoasă, a vieții noastre. Ea ne îndepărtează, de asemenea, de apucăturile rele ale semenilor noştri, ne învață să fugim de ale noastre proprii, şi ne deprinde să ne ocupăm numai de ceea ce vedem că este folositor, înălțător. Oricine îşi poate da seama că, în loc să ne pierdem vremea fără vreun folos, cine ştie pe unde – poate prin cine ştie ce cafenea, cârciumă, colț de stradă –, este mai bine să stăm acasă, sau să mergem la o bibliotecă, şi să urmărim cu

[15] Scarlat Demetrescu, *Din tainele vieții şi 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 ştiințifice, sociale, etc., precum şi 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 şi de instructive"[16].

Aşadar, după cum pledează şi 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 ştim să triem tipăriturile cu care intrăm în contact, în sensul de "a nu citi cărțile (pe cele n.n.) proaste sau mediocre, şi 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-Delafras, *Tari şi slabi*, Ediția a III-a, Editura Cugetarea, Bucureşti, 1937, pag. 86, 87

[17] Mircea Eliade, *50 de conferințe radiofonice*, Editura Humanitas, Bucureşti, 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 nesemnificative, 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 număr"[18]. "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

excelentă la începutul educației, dar e fatală la mijlocul vieții, la maturitate. Trebuie descoperite, atunci, cărți care ne ajută nu *să ştim* , ci *să înțelegem*; cărți care ne îndeamnă, fără ştirea 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 şi pentru societate. Te ataşezi de cărți pentru nesfârşitele forțe spirituale care stau între coperțile 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 cărți"[19], cu atât mai mult cu cât "cartea este (şi 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 şi că "funcția primordială, mistică, a lecturii, este aceea de a stabili contacte între om şi Cosmos, de a aminti memoriei scurte şi limitate a omului, o vastă experiență colectivă, de a lumina riturile"[21].

Iar, "dacă, după cum precizează Petre Georgescu-Delafras, "prin mici sforțări, 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 condiţiunea de căpetenie pentru păstrarea sănătaţii şi a vieţii, şi că numai prin muncă continuă ne putem vedea idealul îndeplinit... Să muncim pentru perfecţionarea meseriei noastre, să muncim pentru luminarea creierului nostru, să muncim pentru binele semenilor noştri.

Chiar dacă se întâmplă să nu ne vedem idealul îndeplinit pe de-a-ntregul, totuşi vom fi făcut un progres destul de simţitor, care se poate vedea numai comparându-l cu starea în care ne găseam mai înainte. Şi acest progres, presupunând că ar fi mic deocamdată, trebuie să ne bucure, trebuie să ne mândrească, căci, în sfârşit, am făcut ceva. De la a nu face nimic, până la a face oricât de puţin, este distanţă mare, mare de tot. Niciodată munca bine chibzuită şi folositoare nouă înşine şi societăţii întregi nu rămâne nerăsplătită. Prin muncă, mulţi lucrători au ajuns la situaţii bune şi onorabile, prin muncă mulţi inculţi – oameni din popor – au devenit îndrumători ai omenirii.

Trebuie să ne deprindem să nu aşteptăm de la nimeni nici un ajutor. Totul să facem noi înşine, căci numai aşa facem ceva trainic. Înălţarea noastră să ne-o facem singuri, cu o deplină conştiinţă a faptelor noastre. Şi, pentru ca să ne înălţăm 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 şi, 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 avem"[22]. Căci, după cum atât de plastic ni se adresează Mihai Eminescu: "Dintre cel ce câştigă 10 şi cheltuieşte 11, şi cel ce câştigă 2 şi cheltuieşte 1, acest din urmă e bogat, iar cel dintâi e sărac"[23]. "Natural că nu toți pot face economii, fiindcă mulți câştigă atît de puțin, că abia îşi 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 sfârşit, mijlocul real de a face, mai târziu, întreprinderi

---

[22] Petre Georgescu-Delafras, 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, Bucureşti, 1989, pag. 25

comerciale ori industriale. Şi apoi, câte cazuri neprevăzute nu ni se prezintă în viaţă 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, şi să fim, astfel, totdeauna liniştiţi? 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 veşnic prezente în mintea noastră – ele să fie adevăratul nostru crez – şi să fim siguri că, niciodată, nu vom avea prilejul să ne plângem de prea multe amărăciuni în viaţă"[24].

De asemenea, "ar trebui (trebui n.n.) să numărăm printre mijloacele de întărire individuală încă ceva: gimnastica (exerciţiile fizice n.n.). Este ştiut că, mulţi dintre noi, facem o bună gimnastică chiar în timpul lucrului, dar această gimnastică nu se potriveşte cu (este net inferioară ca efecte pozitive în comparaţie cu n.n.) aceea pe care am face-o în linişte, la aer curat, într-un timp când nu supărăm pe nimeni şi când nimeni nu ne supără. Câte puţină gimnastică pe zi, dimineaţa sau seara, întăreşte musculatura, ne fortifică corpul, ne înzdrăveneşte (înviorează n.n.) tot organismul. Şi tocmai acest lucru ne trebuie mai mult decât orice. Ştim că o minte sănătoasă nu poate fi decât într-un corp sănătos. Şi mai ştim că, aproape

[24] Petre Georgescu-Delafras, op.cit., pag. 89-90

întotdeauna, buna dispoziție pentru orice fel de activitate e în strânsă legătură cu soliditatea corpului şi cu buna dispoziție a stomacului. Să ne folosim, deci, şi 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. Deşi atâția oameni vorbesc de meditație şi teme de meditat, un prea mic număr dintre ei cunosc într-adevăr ce înseamnă acest lucru. Pentru că, în general, oamenii moderni îşi limitează viața mentală la probleme mondene, la fapte şi 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 şi 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 şi ne

[25] ibidem, pag. 90,91
[26] Mircea Eliade, *50 de conferințe radiofonice*, pag. 132

împiedică să fim trezi (lucizi n.n.) chiar şi în marile împrejurări (cumpene n.n.) ale vieţii noastre"[27].

"După cum sunt o sumă de oameni cărora li se pare că meditează – în timp ce doar visează treji -, sunt şi foarte mulţi care cred că meditează pentru că se gândesc la anumite probleme, mai mult sau mai puţin esenţiale. 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 şi simplu, a gândi; adică a căuta să înţelegi cauza unui lucru, sau legea sa de dezvoltare, sau valoarea lui obiectivă. Gândirea este un exerciţiu mental foarte dificil şi foarte nobil, dar meditaţia este cu totul altceva. Prin meditaţie se înţelege numai acel exerciţiu spiritual prin care omul încearcă să se apropie de marile realităţi; bunăoară, de realitatea morţii sau a nimicniciei vieţii omeneşti. Obiectele meditaţiei pot fi numeroase, dar funcţia ei rămâne aceeaşi: de a aminti omului legile de fier care îl conduc, realităţile esenţiale pe care el le uită prea des, prins de vâltoarea lumii şi antrenat în durerile şi ambiţiile ei trecătoare. A medita este un lucru responsabil, în sensul că, prin meditaţie, omul se aşează faţă în faţă cu realitatea. Noi ştim ce extraordinară plasă de iluzii ţesem în faţa ochilor noştri, ca să nu vedem limpede şi continuu realitatea… Noi ştim cu ce artă ne păcălim pe noi înşine, spunându-ne că viaţa nu cunoaşte legi, fie

[27] ibidem, pag. 126, 127

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

confort. De aceea, oamenii care caută, cu orice preț, confortul, îmbelşugarea, stăpânirea a cât mai multe şi 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 îşi cunoaşte, 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 întrezăreşte 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 cunoaştem adevărata condiție umană, adevăratul sens al existenței - dincolo de plasa iluziilor, dincolo de micile aranjamente logice şi morale ale fiecăruia dintre noi ... Gândiți-vă câte lucruri încurcate s-ar simplifica şi câte dureri obscure ar fi înlăturate, dacă, în fiecare noapte, înainte de a se pregăti pentru somn, omul ar rămâne numai câteva minute singur şi ar avea curajul să privească drept realitatea... Noi, de obicei, trecem direct din patimile, din ambițiile, muncile şi reveriile zilei, în somul 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, şi noi

n-am făcut nimic, dar absolut nimic, pentru creşterea şi luminarea sufletului nostru. Meditaţia este o foarte bună chemare la ordine, este un interval real între cele două mari perioade de vis – visul cotidian al iluziilor şi patimilor, şi visul nocturn al trupului... Prin meditaţie ne amintim că suntem oameni, că există o demnitate a speciei umane, şi această demnitate este tocmai înţelegerea (de către noi a n.n.) sensului existenţei noastre"[28], de a "ne împăca cu lumea din afară şi cu sufletul nostru"[29]. "Numai animalele trăiesc fără conştiinţa vieţii lor. Omul e dator să-şi dea seama de viaţa lui, de condiţia umană – nu numai să lupte pentru îmbunătăţirea acestei vieţi"[30], şi, mai grav, să caute "a trece peste fragmentul de timp care îl deprimă, în care se simte inert, obosit, negativ, consumându-l în distracţii cu ritm bolnăvicios, febril, nevrotic. O (astfel de n.n.) distracţie cheamă pe alta; adică fiecare distracţie îşi epuizează virtutea înainte ca omul să fi depăşit timpul negativ, înainte ca el să se simtă stimulat, luminos, fertil"[31], îndeamnă fiinţa umană la "lene intelectuală - etern vagabondaj (mental n.n.) sau disponibilitate determinată din incapacitatea de a acţiona"[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 conştiința noastră poate cunoaşte anumite *obiecte* care nu ne sunt date (cognoscibile n.n.) imediat prin simțuri. Aşadar, contemplația ar fi (este n.n.) un instrument de cunoaştere, prin care omul ia cunoştiință de anumite realități dincolo de simțuri; căci atât esența operei de artă, cât şi esența lui Dumezeu nu sunt obiecte care ne cad nemijlocit sub simțuri. Ca şi celelalte exerciții spirituale, ea, contemplația, restaurează echilibrul interior al omului, îi aminteşte care e adevăratul sens al existenței, îl ajută să cunoască realitățile ultime, pe lângă care omul trece, de obicei, orb şi surd"[33]. Într-un cuvânt, exercițiul contemplației "nu este altceva decât cunoaşterea reală, concretă, experimentală, a acestor realități ultime. Prin contemplație, omul înțelege global marele miracol al Vieții, prin el îşi aminteşte de celălalt mare miracol, al morții. Este adevărat că nu-mi pot cunoaşte prin anticipație propria mea moarte. Dar pot foarte bine cunoaşte moartea altora; pot, adică, observa că oamenii mor lângă mine, şi această observație o pot transforma în experiență. O experiență care se deosebeşte 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

Adevărurilor 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* şi la *adevăruri*, ci la ființa totală a omului. Prin celelalte mijloace de cunoaştere, ne apropiem de o realitate fragmentată sau ne însuşim 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 ştiințele naturale, din biologie, din economia politică, din sociologie, din istorie. Şi totuşi, aceste milioane de fapte, la care se adaugă, zilnic, alte mii şi alte zeci de mii, şi al căror număr nu se va sfârşi niciodată, nu epuizează această gravă realitate : viața omului. Nu ştim niciodată *totul* despre o asemenea realitate. Sunt atâtea aspecte, atâtea funcțiuni, atâtea fapte, încât s-au creat câteva duzini de ştiințe 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 şi miile de adevăruri care îl înconjoară şi a-l pune față în față cu realitatea *adevărată* şi 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 şi le-au pus oamenii (încă n.n.) de la începutul istoriei, şi la ele trebuie să răspundă fiecare ins în parte. Demnitatea omului, conştiința lui morală, valoarea speciei umane chiar depind de asemenea întrebări. Şi răspunsul (la ele n.n.) nu-l găsim prin nici o ştiință. Răspunsul la aceste întrebări nu-l putem afla cercetând milioanele de fapte şi miile de adevăruri care ne înconjoară, ci contemplând *faptul* direct, realitatea întreagă şi indivizibilă. S-a observat, de către nenumărați gânditori, marea deosebire dintre *fapte* şi *fapt*. Faptele sunt infinite, şi colecționarea lor nu se poate termina niciodată. *Faptul,* însă, îl întâlnim mai rar; viața noastră întreagă este un asemenea fapt; iubirea sau moartea constituie un fapt. Contemplarea faptului este mult mai fertilă, pentru creşterea noastră sufletească, decât cunoaşterea 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 ştiu de ce trăiesc, care nu înțeleg ce înseamnă sensul existenței. Aceasta încă n-ar fi prea grav. Dar se întâmplă şi altceva. Asemenea oameni au o viață sufletească pipernicită şi bolnavă. Sunt foarte mulți oameni bolnavi în jurul nostru, nu numai piperniciți sufleteşte"[34]. Constatăm, chiar, "un fenomen general: că, în timp ce creşterea organică a omului (dezvoltarea trupului omenesc n.n.) este continuă, ea neterminându-se decât odată cu moartea biologică – creşterea spirituală a sa se opreşte 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 şi spiritul"[35]. Iar "cauza acestei grave insulte aduse demnității umane o găsim în necunoaşterea adevărurilor simple, în ignorarea exercițiilor spirituale care relevă omului adevăratul sens al existenței. Omul modern trăieşte prea mult înconjurat de fapte şi 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 şi la moarte – la aceste trei

[34] ibidem, pag. 137-141
[35] ibidem, pag. 122

realităţi decisive şi esenţiale – lumea contemporană ar fi, fără îndoială, altfel”[36].

Un extraordinar potenţator al efectului benefic, ce-l putem obţine, fiecare dintre noi, prin utilizarea acestui mix de metode autofortificatoare, este *rugăciunea*. “Ea - ne dezvăluie acelaşi Mircea Eliade - este trăirea sentimentului de dependenţă, înălţarea sufletului către Dumnezeu, setea de mântuire – adică de împăcare a omului cu el însuşi şi cu Firea...În rugăciune se rezumă drama condiţiei umane, marea ei neputinţă şi arzătoarea ei speranţă... Ea este cel mai pur şi, în acelaşi timp, mai uman act al vieţii religioase; este actul de abdicare a omului în faţa unei puteri nevăzute, actul lui de subsumare unei divinităţi”[37]... Rugăciunea îndelungată şi arzătoare “hrăneşte înţelegerea noastră spirituală, face loc în suflet să primim pe Dumnezeu, luminează omului lucrurile lui Dumnezeu, ne face familiari cu fulgerele Luminii, ajută să crească credinţa şi 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 vieţuiri fără umbre şi fără scăderi”[39].

---

[36] ibidem, pag. 141
[37] ibidem, pag. 108, 109
[38] ibidem, pag. 113
[39] Grigore Cristescu, *Fapte şi orientări creştine*, 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 şi spiritual totodată. Astăzi însă, el trăieşte numai într-un mediu social, şi încă într-o societate unilaterală sau de extracte epidermice (şi, mai grav, mediului său actual îi sunt caracteristice îngustimea intelectual-afectivă şi instinctualitatea primar-senzuală n.n.) Sufletul omenesc trebuie să-şi 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 mulţi dintre noi a mixului acţional enunţat în mod de viaţă, "funcţiile majore ale omului – funcţia morală, funcţia religioasă, funcţia logosului – vor reapărea în chip firesc în umanitate"[41], având ca izvoare "resorbirea artificialităţilor şi reîncadrarea în realitate"[42]. Iar ea, umanitatea, va conştientiza din nou magnifica realitate a ritmurilor cosmice, surprinsă, de către Vasile Pârvan, în doar două fraze tulburător de dense: "Fenomenele vieţii omeneşti sunt o parte integrantă din ritmica universală. Aceleaşi legi cosmice determină viaţa umană şi pe cea extraumană, pe *Pământ*, ca şi în

[40] Vasile Băncilă, *Filosofia vârstelor*, Editura Anastasia, Bucureşti, 1997, pag. 33, 34
[41] ibidem, pag. 34
[42] ibidem

viaţa lumilor nesfârşite, în *Univers*"[43]. O formulare identică, dar relativ detaliată, a substanţei informaţionale a acestor gânduri, utilă, după părerea mea, înţelegerii cât mai profunde a lor, ne este oferită de Dumitru Constantin Dulcan: "Toate planurile existenţei vizibile şi (a celei n.n.) invizibile se suprapun: orice acţiune în plan verbal, afectiv, organic sau funcţional, fizic sau pur informaţional, se traduce obligatoriu în termeni de energii, de atomi, de reacţii chimice, de mobilizare fizică, de ineluctabile legităţi. Fără această suprapunere de planuri – începând de la particulele subatomice, trecând prin chimie, biochimie, fiziologie, informaţie, cibernetică, Univers – nimic nu există.

Legea fundamentală a Universului o constituie corelarea armonioasă a *tuturor* acestor planuri. Orice distorsiune la nivel de acţiune sau numai de gând implică boala şi suferinţa. Soluţia prevenirii lor constă în respectarea legii armoniei prin controlul conştient al întregii conduite, care trebuie să aibă o finalitate în exclusivitate pozitivă, negentropică"[44].

Şi, în măsura în care, gradul nostru de autodisciplină va creşte, solidarizarea noastră cu următoarele mărturii, depuse în faţa eternităţii de către Valeriu Popa, va fi mai profundă: "Din viaţă

---

[43] Vasile Pârvan, *Idei şi forme istorice*, Editura Cartea Românească, Bucureşti, 1920, pag. 49

[44] Dumitru Constantin-Dulcan, *Inteligenţa materiei*, Ediţia a II-a revăzută şi adăugită, Editura Teora, Bucureşti, 1992, pag. 292, 293

nu rămâi decât cu cunoştiinţele ştiinţifice acumulate din toate domeniile şi cu faptele de iubire morală. Ăsta e bagajul cu care pleci sus, asta e toată averea ta. Prin credinţă şi ştiinţă, trebuie să ajungem la convingerea că nu suntem independenţi, ci dependenţi, modul de dependenţă faţă de Ceva sau de Cineva, va fi demonstrat mâine"[45]. 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 şi, când plecăm din viaţă ne reîntâlnim cu noi, fiind direct răspunzători pentru tot ce am făcut"[46].

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

[45] Valeriu Popa, Sanda Ştefan, Raluca Dumitrache, *Dăruim lumină şi iubire pentru vindecarea sufletului şi a trupului*, Tipografia Everest 2001, Bucureşti, 2002, pag. 15
[46] ibidem, pag. 8

„Bărbatul cuminte şi-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 şi lasă morții să îngroape pe morții lor”*.

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