HANNA BOTA

CONTEXT ŞI CONŢINUT

Reluând lista cu „jocul aliteraţiei ca paşi spre autocunoaştere şi vindecare" propusă de Gabor Maté, amintită în articolul precedent, în cadrul celor şapte „A", *ataşamentele* şi *autenticitatea* sunt paşi care stau într-o continuă tensiune, se susţin, respectiv, se resping. Aceşti paşi întreţin nevoi de bază pentru a căror împlinire fiinţa se zbate de la naştere până la moarte.

Într-o încercare de a reduce această tensiune la o ecuaţie simplă – fără a fi simplistă –, putem spune că fiinţa umană face echilibristică pe o sârmă subţire între cei doi paşi şi, cu cât trece timpul, balansul ajunge deseori la „mare înălţime", deoarece miza creşte odată cu vârsta. Ca să înţelegem în ce constă această tensiune, să ne reamintim că „puiul de om" se naşte total dependent de părinţii lui, necesitând cel mai lung timp de hrănire, susţinere şi educaţie din regnul viu, pentru a se putea apoi descurca singur în viaţă. Iată aproximativ cum ne explică medicul în cartea sa: copilul ştie din fragedă pruncie cum să ceară atenţie pentru îngrijire. Fără a căuta un substrat logic – deoarece mintea sa încă nu e dezvoltată pentru aşa ceva –, copilul înţelege emoţional, intuitiv, instinctiv care sunt mecanismele de comportament trebuincioase pentru a primi răspuns la cererile sale fizice şi emoţionale. În scurt timp va „citi" reacţiile adulţilor şi va afla „calea scurtă", cu minimă rezistenţă, de a-şi satisface nevoile. Se va ajusta la „felul de a fi" al adulţilor, le va revendica, cerşi sau „cumpăra" prezenţa pentru propriile lui satisfacţii, ştiind cum să-i mulţumească. În câţiva ani, ca să nu piardă susţinerea, aprobarea, iubirea, atenţia şi grija adulţilor, copilul se va plia pe ceea ce adulţii vor de la el. Devenind tot mai maleabil, încălcându-şi graniţele, renunţând la autenticitate, el se va comporta „teleghidat" de atitudinea părinţilor, a educatorilor. Dacă atitudinea acestora este pacifistă, pozitivă, iubitoare şi asertivă, lăsând copilului spaţiu destul pentru a se desfăşura, rezultatele vor fi bune. Dar adesea, prea ocupaţi şi fără educaţia potrivită, excedaţi ei înşişi de probleme, adulţii irosesc şansa copilului de a se exprima (şi nu e vorba doar de exprimare verbală, ci ca fiinţă, ca personalitate), îl obligă pe acesta să se reprime, să se

ascundă în sine, să se retragă, să-și adauge măști, platoșe de protecție sau să fie agresiv, revendicativ etc. Toate aceste limite vor funcționa ca niște *pattern*-uri neuronale, îl vor transforma pe viitorul adult într-unul care nu-și permite să fie autentic pentru că nici nu știe cum, nici nu se cunoaște pe sine. Copilul n-a reușit să-și pună granițe ca să nu fie abuzat de comportamentul adulților pentru că, poate, nici părinții n-au avut aceste granițe, iar abuzul fizic sau emoțional (să ne amintim cu câtă bătaie au fost „educate" generații întregi de copii: părinții și bunicii noștri) devine o traumă transgenerațională, de care abia acum devenim conștienți, spune specialistul.

În esență, nevoia de atașament față de cei care ne împlinesc nevoile creează teama de a fi autentic, de a fi autonom. Ca urmare, atașamentele devin dependențe. Ajungi mare și rămâi legat de dependențele create: ceea ce te-a ajutat când erai mic devine o piedică la maturitate (se spune despre generația tinerilor numită *zeta* că va fi generația care va rămâne cel mai mult în casa părinților, incapabili să plece, incapabili de a se susține singuri). Se repetă același motiv: teama de a te detașa și a deveni tu însuți, liber, matur emoțional, capabil de a-ți asuma viața și provocările ei, deoarece ani de zile ai ales inhibarea autenticității, în detrimentul libertății interioare. Apoi dependențele se pot transforma în temnițe și mai urâte: alcool, comportamente dezordonate, somatizare (boli), droguri. Ne-am transformat într-o cultură toxică, spune Gabor Maté în cartea sa *Mitul normalității, trauma, boala și vindecarea într-o cultură toxică.*[1]

Deși e greu de dat o definiție autenticității, spune autorul *Mitului normalității,* e mai ușor să răspundem la întrebarea: cum se resimte lipsa ei? Cum știe persoana că trăiește în falsitate, din moment ce toată viața a trăit ca atare? „Lipsa de autenticitate se face simțită prin tensiune sau anxietate, iritabilitate sau regret, depresie sau oboseală. Când oricare dintre aceste tulburări ies la suprafață, ne punem întrebarea despre noi înșine: există vreo direcție interioară pe care o sfidez, căreia îi rezist, pe care o ignor sau pe care o evit? Există adevăruri pe care mă reții în a le exprima sau chiar în a le contempla, din teama de a pierde siguranța sau apartenența."[2]

Pe lângă principiile de vindecare pe care le enumeră autorul în cartea sa, aș vrea să atrag atenția asupra cărții filosofului Sandu Frunză de la Universitatea din Cluj, *Căutarea autenticității în era digitală*[3]. Deși este o

[1] Gabor Maté în colaborare cu Daniel Maté, *Mitul normalității, trauma, boala și vindecarea într-o cultură toxică,* Herald, București, 2022.

[2] Idem. p. 382.

[3] Sandu Frunză, *Căutarea autenticității în era digitală, Eseuri despre poezie, filosofie și spiritualitate,* Eikon, București, 2023.

carte de eseuri, temele abordate și înscrierea în problematica zilelor noastre actualizează vechile învățături, ele devenind răspunsuri pentru căutător. Inserând contextul existenței noastre, și anume era digitală, devine limpede că „vechile probleme" trebuie să caute răspunsuri noi, deoarece contextul obligă, deși conținuturile – „umplutura" vieții – în esență rămân aceleași.

În cartea sa, Sandu Frunză ne sugerează „imersiunea" în culturile arhaice, deoarece cunoscând rădăcinile și arhetipurile care ne formează baza existenței ca societate, ca gândire, ca suită de credințe, putem găsi sursa cunoașterii de sine și a descoperirii autenticității, reprezentând prin urmare o cale de vindecare. Iată argumentul: „Umanitatea a pătruns în era digitală fără a produce o nouă formă de spiritualitate. Omul postmodern a adus cu sine, în noua eră, comportamentele sale religioase tradiționale, chiar dacă marcate de o suită de procese cum ar fi secularizarea modernității și o serie de fenomene de re-mitizare caracteristice postmodernității (...) El se hrănește de la conținuturile și comportamentele primite prin tradiție și golite de autoritatea pe care o aveau în etapele anterioare ale manifestării lor culturale"[1].

Pentru a intra în universul culturilor arhaice, filosoful recurge la câteva dintre ideile lui Mircea Eliade, „un gânditor care ne poate oferi soluții semnificative pentru înțelegerea omului arhaic, a omului modern, a omului postmodern și chiar a omului erei digitale"[2] – scrie Sandu Frunză.

Un pas vindecător ar fi căutarea centrului. Mai exact, analizând simbolismul centrului, conform definiției lui Carl Olson: „a fi în centru înseamnă să poți vedea totul ca fiind interconectat"[3]. Prin urmare, „căutarea centrului este la Mircea Eliade o căutare a propriei ființe. (...) Situarea în centru îi dă posibilitatea de a fi conectat nu numai cu manifestările sacrului, nu numai cu metamorfozele transcendenței, ci și cu celelalte ființe umane și cu cosmosul. El devine un factor de organizare a întregii realități, cosmosul se construiește în jurul său ca într-un act de descoperire și consacrare a realității".[4]

În cartea filosofului clujean găsim și direcții practice, și anume, un capitol cu tehnici meditative în căutarea echilibrului și autenticității. Consilierea filosofică pe care o practică el însuși în cabinetul său este un instrument pentru căutarea autenticității în viața cotidiană, un răspuns, un dialog. În plus, nu uită să ne dezvăluie provocările induse de Inteligența Artificială, subiect intens

[1] Idem. p. 41.

[2] Ibidem.

[3] Idem/ Carl Olson, *The Theology and Philosophy of Eliade. A Search for the Centre,* London, Mac.Millan, 1992/, p.46.

[4] Idem, p. 46.

dezbătut, care pare să ne sperie suficient încât oamenii să se polarizeze în raport cu el, creând astfel și mai multă tensiune. Un capitol aparte îl constituie comunicarea iubirii în societatea de consum, ca valoare cardinală și ca factor germinativ al unei gândiri simbolice care poate să ducă la diverse forme de regăsire de sine a ființei umane, ca ființă spirituală.

Cuprinzând sub o umbrelă largă cele de mai sus, întrebându-ne cum e să fii autentic în timpurile noastre în raport cu Celălalt, în raport cu cei din cultura ta, respectiv cu cei din alte culturi, cum poți să te descoperi pe tine în relație cu culturile arhaice, aș vrea să închei cu o parabolă nou-testamentară, rostită după celebra Predică de pe Munte, în contextul în care ucenicii întreabă *cine este aproapele meu*? În loc de definiție, li se servește o povestioară. Un oarecare ins trecând printr-o zonă periculoasă este atacat de răufăcători, bătut, tâlhărit, lăsat gol și rănit. Ni se relatează cum pe același drum trec apoi un preot, un levit (lucrător la templu), dar nu se ating de nenorocit pentru că tabuurile religioase, orgoliul poziției și indiferența îi împiedică. Când trece un samaritean (considerat străin, impur religios, un păgân) și îl ajută, îi salvează viața și își consumă banii pentru vindecarea și cazarea/hrănirea sa la un han, ni se relevă de fapt cine este Celălalt. Nu doar „aproapele" care te ajută, cum susține parabola: în mod cert, și conaționalul și religiosul/ spiritualul/ intelectualul care te ignoră fac parte din acel Celălalt la care ar fi bine să te raportezi, căci fără aceste date, informația despre tine și societate nu e completă. Datele acestei povești sunt veșnic actuale, te poate trăda cel de lângă tine, familia, prietenii, și să găsești în schimb susținere de la cel îndepărtat, care poate fi oriunde pe planetă și în istorie. Prin el te poți descoperi, poți prinde viață, poți fi hrănit și vindecat. Dar trebuie să ții seama și de cel care te ignoră, căci, în extensie, cunoașterea de sine presupune atât lumini cât și umbre.

fondată în 1906

Viaţa Românească

Uniunea Scriitorilor din România

oedip. contemporanul nostru

marca **andrei şerban**

varujan vosganian nemişcarea, cel de-al nouălea cerc
matei vişniec două talente, două poveşti care se scriu...:
antonia ilie • larisa babalean
vitalie ciobanu **dorin tudoran, drept în puterea furtunilor**
gabriela melinescu un **profil** de florin şindrilaru
alexa visarion despre teatrul lui **mihail sebastian**
poeme ileana popescu bâldea • gabriela chiran
ana gabriela bălan
proză florin logreşteanu
mens hanna bota • **psiho** ioana scoruş
stil alina gherasim
puncte de vedere liviu capşa
viaţa literaturii ion bogdan lefter
cronici mircea v. ciobanu • gheorghe grigurcu • ion pop
christian crăciun • otilia ungureanu • rodica grigore
florin toma • n. prelipceanu

VR 3 / 2024