

ALIN LEȘ

**101 LIBERTĂȚI
ÎN VREMEA PANDEMIEI**

**REALITĂȚI PSIHO-SOCIO-COMPORTAMENTALE
ALE ROMÂNILOR**



EDITURA UNIVERSITARĂ
București, 2020

Motto

Chiar lupta pentru a ajunge sus pe culme poate umple sufletul unui om.

Albert Camus, *Mitul lui Sisif*¹

Aș vrea să vorbesc aici cu toată simplitatea de care sunt în stare despre ceea ce scriitorii trec, în general, sub tăcere. Nu evoc nici măcar satisfacția pe care o ai, se pare, în fața cărții sau a paginii izbutite. Nu știu dacă artiștii care o cunosc sunt mulți la număr. Cât despre mine, nu cred ca vreodată recitirea unei pagini terminate să-mi fi pricinuit vreo bucurie. Voi mărturisi chiar, acceptând să nu fiu crezut pe cuvânt, că succesul unora dintre cărțile mele m-a surprins întotdeauna. Bineînțeles, te obișnuiești și cu succesul, și chiar într-un chip destul de urât. Și totuși, până și astăzi mă simt un ucenic în preajma unor scriitori în viață, cărora le dau locul pe care-l merită, printre primii fiind cel căruia i-au fost dedicate aceste eseuri încă de acum douăzeci de ani. Scriitorul are, firește, bucurii pentru care el trăiește și care-i sunt de-ajuns. În ceea ce mă privește, le am doar în momentul conceperii operei, în clipa când mi se revelează subiectul și când articularea acesteia se desenează în fața sensibilității dintr-o dată clarvăzătoare, în acele momente minunate când imaginația se confundă pe de-a-ntregul cu inteligența. Acele clipe trec tot atât de repede pe cât de repede s-au născut. Mai rămâne ca opera să fie executată, mai rămân, adică, un lung șir de clipe chinuitoare.

Albert Camus, *Fața și reversul*

¹ <https://www.dw.com/ro/dragostea-de-via%C5%A3%C4%83-de-lumin%C4%83-%C5%9Fi-de-libertate/a-17213546>

CUPRINS

Argument	13
----------------	----

CAPITOLUL 1

LIBERTĂȚI PSIHOLOGICE

Libertatea 1. Despre incertitudine	16
Libertatea 2. Despre libertatea captivă	16
Libertatea 3. Despre infidelitate	16
Libertatea 4. Despre frică	16
Libertatea 5. Despre control	17
Libertatea 6. Despre fidelitate	17
Libertatea 7. Despre încredere	17
Libertatea 8. Despre caracter	18
Libertatea 9. Despre angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală).....	18
Libertatea 10. Despre valori	18
Libertatea 11. Despre sadism	19
Libertatea 12. Despre temperament	19
Libertatea 13. Despre cultura violenței	20
Libertatea 14. Despre realăptare	21
Libertatea 15. Despre eroarea de planificare	22

Libertatea 16. Despre Inconștient	22
Libertatea 17. Despre atașament	23
Libertatea 18. Despre stres	25
Libertatea 19. Despre perspective	26
Libertatea 20. Despre „lău”	26
Libertatea 21. Despre paranoia	27
Libertatea 22. Despre introspecție și iluzia introspectivă	28
Libertatea 23. Despre indiferența pozitivă	30
Libertatea 24. Despre tortură	31
Libertatea 25. Despre iertarea continuă	32
Libertatea 26. Despre deziceri	33
Libertatea 27. Despre anestezierea Sinelui	34
Libertatea 28. Despre recompense	35
Libertatea 29. Despre vise	37
Libertatea 30. Despre sindromul oboselii cronice	39
Libertatea 31. Despre sindromul resemnării	40
Libertatea 32. Despre infidelitatea compulsivă	42
Libertatea 33. Despre fanteziile/fantasmele sexuale feminine (I)	44
Libertatea 34. Despre fanteziile/fantasmele sexuale feminine (II)	46
Libertatea 35. Despre fanteziile/fantasmele sexuale feminine (III)	47
Libertatea 36. Despre suspiciuni	48
Libertatea 37. Despre nopți	49

CAPITOLUL 2

LIBERTĂȚI SOCIALE

Libertatea 38. Despre absurd	52
Libertatea 39. Despre iluminare	52
Libertatea 40. Despre modestie	52
Libertatea 41. Despre etică	53
Libertatea 42. Despre tolerabilitate	53
Libertatea 43. Despre solidaritate și solitaritate	54
Libertatea 44. Despre posesie	54
Libertatea 45. Despre necunoaștere	55
Libertatea 46. Despre defecte	55
Libertatea 47. Despre pronie	56
Libertatea 48. Despre speculație	56
Libertatea 49. Despre relațiile homosociale, biosociale și heterosociale	57
Libertatea 50. Despre fantezie	58
Libertatea 51. Despre grabă	59
Libertatea 52. Despre conflicte	60
Libertatea 53. Despre ură	62
Libertatea 54. Despre impostură	62
Libertatea 55. Despre deranj	63
Libertatea 56. Despre uniformizarea negativă	64
Libertatea 57. Despre îndurare	64
Libertatea 58. Despre foame	65
Libertatea 59. Despre comparații sociale și bârfe	66

Libertatea 60. Despre ordini (individuale și mondiale)	67
Libertatea 61. Despre iubire	69
Libertatea 62. Despre simplitate	71
Libertatea 63. Despre fatalitate	72
Libertatea 64. Despre frig	73
Libertatea 65. Despre iraționalitatea funciară	74
Libertatea 66. Despre adevărul social al sexualității feminine	75

CAPITOLUL 3

LIBERTĂȚI COMPORTAMENTALE

Libertatea 67. Despre exodul în Germania	78
Libertatea 68. Despre manele	79
Libertatea 69. Despre optimism	79
Libertatea 70. Despre negociere	81
Libertatea 71. Despre contaminare	81
Libertatea 72. Despre rezistență	82
Libertatea 73. Despre preferințe	82
Libertatea 74. Despre onoare	83
Libertatea 75. Despre rușine	84
Libertatea 76. Despre excelență	84
Libertatea 77. Despre show-uri	85
Libertatea 78. Despre oglindire	86
Libertatea 79. Despre pretenții	86
Libertatea 80. Despre umanitate	87

Libertatea 81. Despre ascensiune și reconfort	88
Libertatea 82. Despre criminalitate	89
Libertatea 83. Despre cumpătare (I)	90
Libertatea 84. Despre cumpătare (II)	91
Libertatea 85. Despre reconfort	93
Libertatea 86. Despre lectură	94
Libertatea 87. Despre invincibilitate	95
Libertatea 88. Despre curaj	97
Libertatea 89. Despre spionaj	98
Libertatea 90. Despre măsurile de relaxare (teritorialitate)	99
Libertatea 91. Despre gang-bang	101
Libertatea 92. Despre supraviețuire	103
Libertatea 93. Despre pasiunile puțin puternice	104
Libertatea 94. Despre întetșirea comportamentală	106
Libertatea 95. Despre managementul irascibilității	107
Libertatea 96. Despre schema piramidală a abuzului sexual	109
Libertatea 97. Despre conșinutul delirului	113
Libertatea 98. Despre terorism	114
Libertatea 99. Despre comportamentul social în fața educației sexuale și a violului	116
Libertatea 100. Despre abuz	119
Libertatea 101. Despre libertatea absolută, completă și neechivocă a cuvântului	122
Referinșe bibliografice	125

ARGUMENT

În pofida a ceea ce spun articolele de presă, că autorii care scriu despre pandemie ar face-o pentru „speculație financiară”, considerăm că afirmația are un aer de superioritate. Cel mai probabil, există un număr infim de scriitori care doresc să fie mai vizibili în această perioadă și încearcă să profite de subiectul pandemiei. În cazul nostru, lucrurile nu stau așa. Grija pentru societate și destinul ei ne-a îndreptățit să lucrăm la un îndrumar; un rețetar gândit psiho-social, plecând de la comportamentele observate.

101 libertăți în vremea pandemiei. Realități psiho-socio-comportamentale ale românilor se prezintă sub forma unor observații și analize de teren. Aceste observații le-am raportat la știință și psihanaliză, din dorința de a oferi plus-valoare.

Ideea cărții a venit de la gândul că populația românească trebuie/ar fi trebuit să aibă acces la un Registru Național al propriilor libertăți într-o astfel de perioadă. Așa cum te duci la Registrul Național al Infracțiilor Sexuali și cauți ce ai nevoie, așa și în cazul libertăților.

De-a lungul scrierii, libertățile au suferit transformări. Au fost scrise pe nerăsuflăte, în funcție de elementele noastre creative. Unii ar numi-o inspirație. Alții, originalitate. Rostul libertăților s-a decis când am identificat trei dimensiuni macro prin care ele ar putea fi valorificate de cititor, la nivel mental: psihologic, social și comportamental.

Cum am amintit, am analizat libertățile dintr-o dublă triplă perspectivă. Pe de-o parte, din perspectiva a trei dimensiuni: psihologică, socială și comportamentală. Psihologică – pentru că totul a trecut prin filtrele psihice ale fiecăruia. Social – pentru că, inevitabil, omului nu-i este dat să trăiască în izolare, iar comportamental, pentru că prin modul în care am răspuns stimulilor interni (afectivi, emoționali) și a celor externi (interdicții prin ordonanțe militare, declarații pe propria răspundere, purtatul

măștilor și a mănușilor etc.), am acționat sau reacționat. Practic, libertățile au fost analizate atât ca efect al unui mix de noi împrejurări, cât și ca posibilitatea unor alternative de a vedea viața.

Cunoașterea/observarea unei palete largi de comportamente, atitudini, stări care, explicate, deschid ochii cititorului a făcut parte din obiectivele acestei cărți. Ne-a interesat să-i oferim cititorului posibilitatea de a reflecta asupra acestor libertăți. Pandemia ne-a acutizat simțurile și orice interdicere ne-a inflammat în spațiul psiho-social. La polul opus, dar și ca o continuitate, ideea unor libertăți care să dăinuie în timp, indiferent de etapele pandemiei – pre-, în- și post- – a prins viață în momentul instalării panicii, în urma aflării despre primele ordonanțe militare. Simptomele psihologice, sociale și comportamentale din primele zile ale pandemiei au avut un rol maximal în decizia de a pune pe hârtie sugestii de a trece mai ușor peste ceea ce ar putea fi numit. Într-un sens larg, cele 101 de libertăți au o pretenție modestă de a ține loc aceluia psihoterapeut bun care ne-ar fi ajutat să trecem mai repede peste impasurile provocate de SARS-COV-2.

Recomandăm lectura publicului larg, cât și iubitorilor și pasionaților de psihologie, psihanaliză, sociologie, psihiatrie, drept; în general, celor proveniți ca formare din științele socio-umane, care doresc să găsească răspunsuri și perspective.

Alin Leș

CAPITOLUL 1

LIBERTĂȚI PSIHOLOGICE

Libertatea 1 **Despre incertitudine**

În vreme de criză, există cupluri care doresc să afle dacă partenerul le-a fost/le este fidel. Cum? Prin intermediul tehnicii poligraf. Telefoanele foarte multe în această perioadă, cu dorința de programare, certifică această realitate fizică și psihologică. Gândul incertitudinii devine insuportabil și nu poate fi transformat în loc de speranță.

Transformați incertitudinea într-un spațiu al speranței.

Libertatea 2 **Despre libertatea captivă**

Libertatea era conceptul la care Albert Camus ținea cel mai mult, pentru că de el era văduvit cel mai mult. Libertatea captivă este atât psihică, cât și fizică. Într-o primă etapă, această libertate nu comportă simptome la vedere.

Libertatea captivă psihică este cea mai periculoasă. Ca depresia psihică, te prinde în propria ta existență. Te amăgește cu o fericire iluzorie, dar și cu o tăcere benevolă. Tu aflat într-o clepsidră, aceasta este libertatea captivă psihică. Dincolo de pereții invizibili, clepsidra îți redă libertatea dacă te decizi să devii nu un erou, ci un neostenit conștiincios.

Libertatea 3 **Despre infidelitate**

Suspiciunea de infidelitate între soți/parteneri sporește în situații de criză decretate național și internațional. A sta la masă și a sta în pat în doi provoacă coeficientul de intoleranță la incertitudine. În plan depărtat, cuplul este deja văduvit de ceea ce eu numesc „limitele intimității”.

Infidelitatea este o formă de văduvie voluntară și exagerată. Dar dacă ea împinge limitele intimității spre o fericire (chiar și absurdă), ești dator să-i sporești certitudinea.

Libertatea 4 **Despre frică**

Suspiciunea, criza, viața, destinul, viitorul, libertatea, Sisif, absolutizarea, absurdul intră în malaxorul Secundarului-„Zeit”, de unde dezvoltă frici. Una

dintre cele mai mari frici este frica de Sine. Partenerului care nu află (în utilul timpului său) dacă a fost înșelat, începe să-i fie frică – paradoxal (!) – de sine însuși.

Dacă poți de unul singur, trăiește frica ai domnia sporului de înțelepciune la care ai tânjit dintotdeauna! Dacă nu poți, recunoaște-te învins și cere ajutor extern.

Libertatea 5

Despre control

Oamenii nu se tem de ei înșiși pe timp de criză și de staționat în casă, ci de timpul a cărui manageriere n-o mai pot controla. Orice lipsă de control suplimentară provoacă instabilitate.

Dacă te îngrijești de timp ca de o unitate de măsură, progresezi în unități de măsură. Dar dacă de îngrijești de el ca de un manuscris nefinalizat, devine opusul izolării. Devine soluția.

Libertatea 6

Despre fidelitate

Partenerii „primitivi” insistă să afle cât mai rapid despre fidelitatea celuilalt. Partenerii „complecși” sunt dispuși să mai amâne. Însă, ambele categorii rămân vulnerabile în fața conceptului de „libertate”, „absurd” și „fericire”.

Fidelitatea devine libertate când absurdul din fericire primește logica de care ai nevoie.

Libertatea 7

Despre încredere

Am observat că oamenii devin mai irascibili când primesc un refuz din partea specialistului. Devin mai taciturni și totodată, mai încrezători că le poți da o mână de ajutor. Pentru unii, singura credință viabilă e că o mai pot lua de la cap împreună.

Încrede-te în Acel specialist care ți-a infirmat bănuielile!

Libertatea 8 **Despre caracter**

Cum spunea Albert Camus, în vreme de criză se accentuează tarele oamenilor². În special, minciuna, invidia, răutatea, trădarea. Într-un compas de lumină obscur, oamenii așteaptă ca ceilalți să inițieze acțiuni. Cei care le inițiază, sunt admirați, huliți, luați peste picior, huiduiți. Criza scoate huiduiala din noi și, în așteptare, o revarsă unde urăște cel mai mult.

Dacă accepți să nu porți caracterial hidoșenia oamenilor, vei estompa mai ușor viciile.

Libertatea 9 **Despre angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală)**

Dragonul din noi sunt cătușele psihice numite „holeră”. Fiecare știm că putem să accedem la mai mult decât ne-a fost dat. Pentru că istoria biblică a talanților este atât de vie. Libertatea de a deveni ceea ce alții nu au putut repara, încă ne este îngăduită. Prin apelul la cârțițele fără botniță ce ne străbat sufletul, nu suntem mai eroi sau mai vigilenți. Suntem mai draconici, mai excesivi, mai impuri și mai lași. Cum lașitatea nu ne este stingheră în vremuri de criză, ironia face ca holera (cătușele psihice) să-și intensifice lucrarea. Rezultă nașterea unei contorsiuni, pe care oamenii o numesc felurit. Este ceea ce eu cred că poate fi numită Angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală).

Hrana oficială a pântecelui tău psihic trebuie să fie ordinea, disciplina, cinstea și dorința de a te păstra sănătos.

Libertatea 10 **Despre valori**

Există teroare și haos în socialul tău existențial pentru că există haos și teroare în sufletul tău. Reacțiile isterice care te înconjoară sunt, în fapt, urticarii ale memoriei afective. Asta înseamnă că, de obicei, preferi deștrădăcinarea axiologică. Preferi împutăciunea hologramică a anturajului.

² <https://romania.europalibera.org/a/ciuma-camus-cornavirus/30517410.html>

Preferi deșeurile stărilor care, în vremuri de criză devin stări-limită. Reziliența este despre cumulumul de aspecte personale care mă ajută să trec mai departe. Văicăreala isteriformă creează dependență, iar mass-media se înfruptă megaloman din stârvul inconștientului colectiv al indecișilor. Însă dacă erau mai mulți cei care lucrau în organizare³ și disciplină, altfel se prezenta acum panelul grijilor sociale. Pentru că *ciumații* de caracter sunt cei ale căror valori s-au raliat în funcție de comenzile lor egodistonice.

Acceptă doar acele valori care sunt egosintonice (acceptabile) și care te mai pot urca o treaptă în ierarhia tot mai frivolă a valorilor morale!

Libertatea 11 **Despre sadism**

Criza accentuează și cinismul sadic, ca parte a sadismului caracteriologic. În singurătate, formele de ură sunt reprezentate mai violent în imaginarul unora dintre noi. Conținutul acțiunilor reprezentate imaginar/fantasmatic este atât de sadic încât nu iese la suprafață decât în limbaj: injurii, urlete, jigniri, umiliri, degradări, insulte, amenințări. Suprapopularea conținutului fantasmatic cu un grad sporit de izolare contribuie la consumarea agresivității și a furiei în forme viciate și periculoase. În singurătate, omul este liber, dar și prizonier.

Cel mai important spațiu pe care omul îl poate cuceri este limbajul. Limbajul dă forma finală a caracterului tău.

Libertatea 12 **Despre temperament**

„... există o fatalitate a temperamentului nostru”, afirmă Camus în prima lui carte, „Fața și reversul” (2018, p. 27). E ca și cum ai vrea să anulezi gustul ceaiului de tei cu o gură de cola, apoi cu una de cafea. Temperamentul trebuie înțeles, nu schimbat, nu racordat la principii anoste sau impracticabile. Trebuie să înțelegem că temperamentul este ancora de sacrificiu a Eului, adică tot ceea ce suntem și nu suntem este o replică a ceea ce trebuie să devenim. Este o poveste cruntă această doxologie pentru temperamentul nostru. În timp și spațiu, el reprezintă „pâinea noastră cea de

³ <https://culturaromana.ro/mesajul-ciumei-din-starea-de-asediu-1948-de-albert-camus/>

toate zilele”, dacă-l știm poziționa. O criză îndelungată, în schimb, cercetează cu de-amănuntul structura noastră pătimașă pentru că gena de fatalitate din temperament este gena de înclinații și predispoziții a celor dinaintea noastră.

Temperamentul tău este fatalitatea de care ai nevoie pentru a-ți concluziona că exiști. Temperamentul tău este cel mai potrivit pentru ce devii.

Libertatea 13

Despre cultura violenței

„Cultura poate să nu fie tangibilă, dar influențează materia într-un mod care este. Creierul nostru este programat de cultură, tehnologia este o întruchipare fizică a culturii; violența este redusă de cultură”⁴. Un creier programat de cultura din care face parte contribuie la creșterea violenței domestice pe m². Riscul unei co-producții între mintea sadică și cultura violentă crește probabilitatea divorțurilor, agresiunilor, crimelor. Fiecare femeie va încerca să se salveze în funcție de cultura în care i-a fost învățat creierul. Dacă i s-a spus să rabde, va răbda. Dacă i s-a spus să nu divorțeze pentru copil, nu va divorța. Dacă i s-a spus să se spovedească, să se roage și să îndure taina căsătoriei, o va face. Toate depind de *duhul* în care ți-a fost scăldat creierul în copilărie, dar și de ceea ce ai văzut. „Realitatea socială” și „realitatea fizică” merg mână în mână și nu se pot abandona peste noapte. În cazul tău, dacă rabzi violența pentru că ți-a fost programat creierul psiho-cultural, află că te afli într-o buclă nevrotică. Mai exact, în limbaj clinic se numește procrastinare sau amânare. Faptul că, inconștient, amâni să ieși din situația critică/de criză, arată că erai pregătită demult (tot inconștient) pentru un astfel de moment. Iar ceea ce se întâmplă în prezent te paralizează. Inacțiunea, cu vertij în amânarea la infinit a deciziei salvatoare, se bazează pe credințele de viață identificate în cultura ta socială. Faptul că faci de rușine neamul dacă ai divorța? Da, stă la baza procrastinării și a fericirii tale. Faptul că te vei căsători cu o femeie cu copil/copii? Da, stă la baza culpei tale înstrinseci, ca formă internă a ideii că-i vei face de rușine pe cei dragi. Din păcate, cei care gândesc că vor fi făcuți de rușine, oameni

⁴ <https://podcastmeditatii.com/blog/2019/11/16/scopul-vietii-sartre-vs-camus>