

Tiberiu Rudică

# DIN NECUPRINSUL PSIHOLOGIEI UMANE

„Simțul măsurii” cuprinde, se știe, nu numai o componentă intelectuală, dar și *una morală*: este important, de pildă, nu numai să știi cât îți este îngăduit să speri sau să faci, dar și să-ți găsești plăcerea în *efortul* de a obține un anumit rezultat, și nu în rezultatul însuși. Aceasta deoarece adevăratul rezultat pe care îl obții prin efortul depus este *schimbarea* pe care o vei aduce psihicului tău, este *creșterea* pe care o vei resimți în planul capacităților de înțelegere și evaluare realistă a unor situații de viață. Autoiluzionările exagerate, indiferent de ce natură ar fi, *ne includ* într-un egoism al savurării unei mulțumiri doar pentru *noi înșine*. Or, orice progres sufletesc (orice autodepășire de sine), dacă nu este făcut din perspectiva *unei ordini* a „valorilor”, devine riscant și imoral prin *egocentrismul* pe care-l promovează, prin supralicitarea doar a unor interese și satisfacții strict personale. De aici și subtilitatea observației lui Albert Einstein: „Nu încerca să ajungi om de succes, ci om de valoare”. Într-adevăr, nu orice succes are și valoare umană, ba dimpotrivă, te poate *compromite* definitiv – de pildă, succesele spectaculoase obținute de unii în afaceri, dar realizate în mod fraudulos, prin înșelăciune și delațiune!

Un merit personal cu adevărat demn nu se poate obține așadar fără a te supune unor *exigențe ale respectului față de tine însuși* și față de normele de *conviețuire civilizată* din comunitatea în care trăiești.

### *Omul nu se naște om, ci devine om*

Sensul ideatic al cuvintelor de mai sus este întâlnit, în diferite formulări verbale, la marii cugetători ai umanității. Dar din ce moment putem spune că omul a devenit cu adevărat om? Și, dacă deja a devenit om, acest proces s-a încheiat? Răspunsurile nu sunt, firește, facile.

De ce ne este dat să ne transformăm în permanență în oameni? Pentru că *procesul de conștientizare*, apărut odată cu dezvoltarea „limbajului interior”, nu va avea niciodată *un sfârșit*. El se va *complica mereu*, pe măsură ce autoconfidențele vor adăuga la performanțele logice de limbaj și conotațiile de ordin etic, adică acele *exigențe de ordin moral* pe care omul va resimți tot mai mult nevoia să le încorporeze în „eul” său moral și să le respecte în conduită.

A fi om înseamnă de fapt a judeca, în ultimă instanță, *valoric* – adică *anticipând* anumite consecințe posibile ale intențiilor și ale faptelor noastre. Altfel spus, omul nu va putea evita acel *bun-simț al judecății* care ne pretinde să nu ne comportăm *oricum*, doar după bunul nostru plac, ci în așa fel încât să putem fi în același timp în armonie cu exteriorul nostru de viață și siguri că ne vom putea dezvolta sufletește în măsura în care dorim.

Progresul „condiției umane” nu are limite, deoarece *este proteic* prin el însuși : odată declanșat, odată ce omul resimte tot mai intens în sufletul său chemările ferme ale „sentimentului demnității”, el (omul) nu se va putea opri în efortul de a-și dezvolta acea *luciditate critică* în raport cu el însuși, care-l face capabil să lupte cu determinările venite din „sinele” său instinctual/biologic.

În mod firesc, pe acest drum al *umanizării treptate* apar sincopă și chiar regresii suflutești, deoarece *reminiscențele* de egoism primar/structural din noi *opun rezistență* la acele tentative ale unui „eu” (care se simte culpabil) de a se judeca critic și de a se pedepsi prin el însuși pentru a se îndrepta. Din păcate, mulți dintre noi continuă să se simtă bine în carapacea propriilor interese și evaluări *egoiste* despre sine ! Or, spunea Ludwig van Beethoven : „Nu cunosc alt semn de superioritate decât bunătatea”.

Se pare că cea mai revelatoare dovadă de „spirit umanist” este, într-adevăr, să poți să-ți înzestrez conștiința cu o intensitate emoțională *empatică, altruistă*, respectiv cu acele gesturi care exprimă căldură sufletească, delicatețe, chiar tandrețe.

Ca să devii tot mai mult *om*, trebuie să ai curajul de *a-ți schimba periodic* „chimismul sufleteșc”, de a-l menține mereu proaspăt, curajos și avid de informație – ca cele mai eficiente pârghii ale întreținerii „reflexelor vieții”. Cum altfel ai putea deveni tot mai conștient de propriile îndoieli, limite sau complexe suflutești ? Confucius spunea : „Omul desăvârșit este cel îngrijorat de propriile imperfecțiuni”. Într-adevăr, singura demnitate adevărată a omului este aceea de *a se autodepăși continuu*. Nimeni nu ne poate frustra de obligația morală de a ști să ne *asumăm responsabilitatea* ființei noastre în existență : „Omul sfârșește prin a fi ceea ce a voit să fie” (Charles Baudelaire).

Persoanei care simte nevoia asumării unei responsabilități față de *calitatea* exprimării propriului „eu” i se potrivesc cuvintele lui Arthur Schopenhauer : „Omul poate face ceea ce vrea, dar nu poate să vrea ceea ce vrea”. Atunci când conștiința morală este formată, exprimă un imperativ al datoriei morale *din interiorul ei* : „Datoria este necesitatea de a săvârși o faptă din respect pentru legea morală” (Immanuel Kant).

## *Cum credem că ar trebui să înțelegem sintagma „normalitatea psihică”*

Nu există „normalitate psihică” *in sine*, ci doar acea realitate psihică ce-și validează eficiența *în și prin* relațiile noastre cu mediul de existență, cu semenii, cu profesiunea, cu imperatiivele etice din normele sociale, cu acele aspirații

sau idealuri pe care ni le propunem la un moment dat etc. De aceea, cel mai bun mijloc prin care putem aprecia prezența unei normalități psihice în existența cuiva este analiza *reactivității umane*: dacă obiectivele/scopurile de moment au fost sau nu duse la îndeplinire; dacă într-o situație de „conflict valoric” persoana în cauză a reușit să aleagă calea cea mai eficientă etc.

Trebuie precizat faptul că nu există normalitate psihică în *sens absolut*, de unde și aspectul adesea convulsiv sau chiar dramatic al destinului omenesc. Este știut că în afara „educației” omul se exprimă la nivelul unei personalități *elementare*, dominate de instincte și de emoții primare. Revenim la un exemplu dat într-o lucrare anterioară<sup>1</sup>: întrebat în instanța de judecată dacă regretă omucidul comis, un criminal a răspuns: „Nu regret, am făcut ceea ce am simțit pe moment că trebuie să fac”. Răspunsul este revelator pentru ceea ce se cheamă o personalitate *elementară, neevoluată*: pentru un asemenea individ, *impulsul* (trăirea emoțională de moment) este mai important decât actul *deliberării*, al *anticipării* consecințelor posibile ale unei hotărâri. Ceea ce este însă extraordinar în cazul „anticipării” e că aceasta reprezintă principalul act psihologic prin care omul poate dobândi *o demnitate* a conduitei proprii, deoarece numai pe calea evaluării consecințelor posibile ne putem da seama de faptul că plăcerea rezultată din satisfacerea imediată, neconștientizată a unui impuls primar sau a unei tendințe afectivizate de moment *te coboară*, nu te înalță pe „scara valorilor” umane. De fapt, omul se naște ca *ființă morală* doar din momentul în care devine capabil să facă această *distincție*.

Unii oameni greșesc nu atât prin „păcat”, cât prin faptul că nu conștientizează îndeajuns importanța *acordării iertării* – sau a milosteniei, cum spun teologii – celor care se hotărăsc *să se îndrepte*. Alături de „iubire”, termenul cel mai des folosit de Iisus a fost *iertare*: „Luați seama la voi înșivă. De-ți va greși fratele tău, dojenește-l și dacă se va pocăi, iartă-l. Și chiar dacă îți va greși de șapte ori într-o zi și de șapte ori se va întoarce către tine, zicând: Mă căiesc, iartă-l” (Luca, 17: 3-4). Cea mai frumoasă iertare e tot în Biblie: cea a „tatălui iertător” din parabola „fiului rătăcitor”, a cărui căință sinceră părintele a știut să o întâmpine cu *înțelegere* și cu *îndurare*.

La vremea lui, Hipocrate spunea: „Nu se vindecă acela care este îngrijorat”. Este cunoscut astăzi efectul nociv al atitudinii *ipohondrice* a unora care au talentul de *a spori* un necaz, îngrijorându-se tot mai mult pe seama lui. De aceea, este foarte greu de spus cât din procesul de vindecare se datorează experienței specialistului/psihoterapeutului și cât *autosugestiei* pacientului, adică puterii/disponibilității lui interioare de *a lupta* cu boala, de a se vindeca. Un proverb italian este revelator: „A avea voința de a te vindeca e o parte a

1. Vezi *Din psihologia contrariilor și a paradoxurilor*, Editura Polirom, Iași, 2010.

sănătății”. Altfel spus, „normalitatea psihică” este într-un raport de directă proporționalitate cu *mentalitatea de viață* pe care ne-o formăm : de exemplu, aceea de a fi *deschis* spre asimilarea unor noi experiențe de viață, a unor modele culturale tonice/optimiste sau, dimpotrivă, aceea de a *ne închide* într-o lume a propriilor interese egoiste, care nu poate duce decât la însingurare și la o supraestimare de sine. Într-un cuvânt, „normalitatea psihică” există atunci când, prin comportamentul nostru, dovedim că putem *să ne înscriem* într-un proces de ajustare/adaptare la exigențele realității și când suntem capabili să *ne îndeplinim* obiectivele, proiectele propuse, fără a aduce prejudicii altora.

Exceptând cazurile *psihopatologice*, în care este implicată o componentă ereditară, „normalitatea psihică” este dependentă în mare măsură de *noi înșine*, de nevoia pe care ne-o impunem de a realiza o *coeziune interioară* a personalității, o *coerență de sine*, care să ne mențină pentru un timp mai îndelungat *consecvenți* cu noi înșine și *hotărâți* în a persevera în îndeplinirea unor scopuri fundamentale în viață.

Fenomenul psihopatologic cel mai frecvent astăzi este cel al *trăirii nevrotice*, care relevă prezența unei inabilități la nivel de „personalitate”, și anume aceea de a nu ști să *conciliezi* „prezentul” existențial cu „trecutul” sau cu „proiectele de viitor”. Astfel, când trecutul este considerat *ratat* sub raportul experiențelor de viață trăite, el nu numai că nu mai este valorificat și integrat în prezentul existențial, dar se constituie într-un factor continuu de *stres*. De asemenea, când nu mai avem *încredere* în proiectele de viitor, prezentul nu mai beneficiază de *vitalitatea* care este cuprinsă în forța propulsatoare a unui „scop”. În aceste condiții, au dreptate specialiștii atunci când afirmă că are loc un proces de „alienare a prezentului”, care nu mai găsește *puncte de sprijin* în „trecut” și în „viitor”.

### *În mod paradoxal, pot fi și „erori inteligente”*

Ca primă tendință, evităm erorile, ne este chiar frică de ele, mai ales de cele care au o conotație morală. Adevărul este că, deși „eroarea” este nepotrivită unui context dat, ea devine *proteică* prin însuși acest fapt, că introduce o *nouă* supoziție, o nouă perspectivă de interpretare, înlăturând astfel pericolul ca o analiză de situație să *se rigidizeze*, să admită un singur mod de explicație. Mai ales când este *originală*, adică atunci când aparține unui om excepțional, eroarea *demontează* multe prejudecăți, multe adevăruri, arătându-ne că certitudinile la care am ajuns la un moment dat nu sunt infailibile, nu sunt conșuturi perfecte de gândire, ci *perfectibile*. Sunt greșeli *obligatorii*, pe care omul

trebuie să le facă – din când în când sau la momentul oportun – pentru a-și asigura *un progres* continuu în gândire sau în viața morală.

În mod paradoxal, eroarea în sine poate fi fecundă, deoarece creează *un contrast puternic*, o opoziție frapantă față de ceea ce noi știam sau credeam până atunci și prin acest fapt ne determină să realizăm *un nou* proces de evaluare și de explicare. De aici și paradoxul din afirmația lui André Gide : „Să iubești adevărul înseamnă să nu accepți ca el să te întunece”. Când se întâmplă acest lucru, cel în cauză dezvoltă *o idee fixă*, o convingere care devine indestructibilă și totodată obsedantă. A-ți păstra o relativă libertate interioară față de „adevăr” înseamnă a avea puterea și curajul de a și *greși*, de a accepta faptul că în dinamica procesului nostru de cunoaștere semnificațiile se schimbă mereu, astfel că ceea ce astăzi ni se pare neverosimil mâine ar putea întruni caracteristicile/atributele realului, ale logicului și invers. În mod paradoxal, trebuie să ai *talent* pentru a putea comite erori originale, erori care să devină proteice prin semnificațiile lor. Trebuie să dispui nu numai de suplețe psihică, dar și de o anumită *tărie de caracter*, pentru a vedea în aspectul bizar al unei greșeli o posibilitate de a-ți schimba optica, de a-ți restructura modul de gândire.

Este adevărat, în același timp, că puterea intrinsecă a „erorii” poate reuși atât în bine, cât și în rău. Firește, totul depinde de *discernământul* nostru, de câtă perspicacitate avem în a sesiza *ce nu trebuie făcut* în viitorul apropiat sau în cel îndepărtat. Prin urmare, erorile trebuie privite ca „trepte” spre adevăr : „Ceea ce pune în mișcare o gândire nouă este gravitatea erorilor unei gândiri anterioare” (Constantin Noica).

Din punct de vedere moral, „eroarea” este condamnată, deoarece exprimă *o abatere* de la „norma morală” sau *o încălcare* a ei. Dar și în acest plan eroarea este fecundă, deoarece facilitează post-factum – respectiv prin retroacțiune – autoevaluări critice și astfel învățăm în timp *virtutea sincerității* și a *respectului* de sine și față de semenii. Poate de aceea Oscar Wilde a simțit nevoia să afirme : „Când sunt toți de acord cu mine, am totdeauna impresia că nu am dreptate”. În realitate, *totul* este posibil în „interpretare” ; suntem creativi când ținem seama *și de excepții*.

Să fim așadar *indulgenți* cu „eroarea”, deoarece, spune Benjamin Fundoianu : „Adevărurile sunt erori care au biruit”. Realitățile de zi cu zi demonstrează că erorile *originale* au șansa de a se transforma în adevăruri. De aceea se și spune că erorile genilor, ale oamenilor excepționali *fac concurență* adevărurilor. Nouă, oamenilor obișnuiți, nu ne rămâne decât ambiția vanitoasă de a fi în stare să realizăm, măcar din când în când, câte o eroare inteligentă sau... cu stil.

Credem că putem găsi suprema expresie a *spiritului inovator* încorporat într-o „eroare inteligentă” la Paul Valéry : „Spiritul e absurd prin ceea ce caută, e mare prin ceea ce găsește”.

## *Percepții și proiecții false : „déjà vu”, „déjà connu”, „déjà vécu”*

De unde impresia unora că au mai văzut, au mai cunoscut sau au mai trăit situații de viață cu care, în realitate, nu au avut de-a face? Lăsând la o parte incitanta interpretare potrivit căreia acest lucru este posibil deoarece actualizăm în prezent aspecte dintr-o *viață anterioară* pe care am trăit-o, credem că impresiile de „deja văzut”, „deja cunoscut”, „deja trăit” au o determinare, pe de o parte, de ordin *psihopatologic*, iar pe de altă parte, își găsesc o explicație în aspectul *ultraimaginativ*, chiar pasional, cu care ne implicăm uneori în situație.

Determinarea de ordin psihopatologic vizează *estompările* sau *regresiunile* apărute la nivel de „conștiință”, care îl fac pe cel în cauză să nu mai poată realiza *discriminări corecte* între „prezent” și „trecut”, „cunoscut” și „necunoscut”, „real” și „imaginar”. Mai precis, persoana respectivă *combină* impresia prezentă cu aspecte cunoscute dintr-o experiență anterioară. Spre exemplu, ca expresie a unei astfel de *dezorientări temporale*, acea persoană ar putea aborda un trecător pe stradă și l-ar putea întâmpina cu expresii familiare, dar surprinzătoare pentru acel trecător: „Ce mai faci? Cum o mai duci?”. La fel se întâmplă și în „plan simbolic”, când cineva poate avea impresia că un text scris de altcineva e scris de el însuși, că *îi aparține*.

Plusul de „imaginație” și „pasiunea” pot fi uneori responsabile de apariția fenomenelor menționate. Atunci când ne *implicăm maximal* într-o dorință/aspirație, se dezvoltă tendința de a considera faptele imaginate drept *fapte reale*. Altfel spus, din dorința de a se întâmpla un anumit lucru, *îl și vedem*. Sau, dintr-o expansiune prea liberă a personalității proprii, dintr-o prea mare dorință de a-ți crea o imagine cât mai favorabilă despre sine, poți ajunge să crezi că *deja ai devenit* cel din imaginea proiectată, că deja ești personajul dorit. Imaginea construită în plan imaginativ este atât de vie, de pregnantă, încât cel în cauză se transformă psihic, *identificându-se* cu imaginea proiectată. Astfel, o persoană timidă, care se depreciază pentru că nu are încredere în sine, poate la un moment dat să se iluzioneze într-atât în ideea că este în realitate o persoană puternică, încât să se comporte *ca atare*: recurge la acte de bravură, prin care dorește să *impresioneze*.

Aceste fenomene psihologice au însă și *un revers* la fel de interesant: „*jamais vu*”, „*jamais connu*”, „*jamais vécu*”. Și aceste fenomene aparțin domeniului patologic: a nega că *recunoști* ceea ce ai mai văzut, ce ai cunoscut sau ai trăit în realitate anterior ține de *un negativism* de structură psihică, de o tendință congenitală de *a te izola* de semenii sau de *a nu răspunde* exigențelor realității exterioare.