

Încrederea – curaj sau abandonare de sine?

Alfried Längle

De ce întâlnirea poate înspăimânta ?

La această consfătuire ne ocupăm de un anume comportament, comportamentul nostru față de neîncredere și față de ceea ce este străin. Este vorba despre cum trăim “străinul”, despre ce anume este în el amenințător și ce anume fascinant. - În această comunicare ne vom ocupa de problema: ce este străinul - din punct de vedere psihologic și analitic existențial - precum și ce anume îl face să fie străin. Se va evidenția, ce determină spaima în întâlnirea cu ceea ce este străin, spaimă a cărei îndepărtare presupune o anume forță psihologică - respectiv curajul - precum și un act spiritual - respectiv încrederea, deoarece dificultatea în relația cu străinul este reprezentată de teamă, de teama de a nu ne pierde pe noi înșine. Problematika străinului nu trebuie căutată atât în faptul că în general ceva ne apare ca străin, cât mai ales în modul în care ne raportăm la el. Aceasta înseamnă: cât curaj ne putem face și câtă încredere ne inspiră situația.

Înainte de toate mă voi feri de a vorbi despre un “noi” prin care s-ar înțelege un soi de alianță împotriva a ceea ce este străin și care s-ar deduce din delimitarea de ceea ce nu aparține “de noi”. Dimpotrivă, eu, ca psihoterapeut, sunt în permanență confruntat cu problema: cum pot “eu” să mă raportez la ceea ce este străin și cum îl pot aduce pe celălalt în viața mea.

Trebuie să fim atenți ca atunci când spunem “noi” să nu gândim de fapt: “voi” nu aveți voie să aparțineți la aceasta! Ce fel de “noi” ar mai fi acela ce ar exista prin rejectare? Ar fi un “noi” amăgitor sau mai exact ar fi un “voi nu”! Înțelegerea de sine să nu se întemeieze pe perceperea “străinului” doar ca un corp și pe izgonirea necunoscutului ! Să nu ne simțim dascăli prin faptul că ne delimităm de elevi. Nu

suntem dascăli **împotriva** ci **pentru** elevi deoarece a învăța este sarcina noastră comună. Adevăratul “noi” nu exclude ci include, fiind înțeles ca o comuniune în baza unui sens comun. Atunci când prin stăpânirea a ceva ce alții nu au voie să posede rezultă un privilegiu, apare înstrăinarea iar mai apoi, în cele din urmă, ura. A te simți mai bine prin separare, prin cinism și aroganță nu reprezintă o adevărată individualizare. O astfel de separare este mai degrabă un fascism psihic ce se alimentează din “a eticheta ca străin”, din a-se-simți-puternic prin delimitare, din ceea ce este văzut ca dușmănos, definindu-se în ultimă instanță prin negativ. Un astfel de “noi” nu reprezintă un grup ci o clică.

Pe de altă parte, delimitarea este absolut necesară așa că nimeni nu este scutit de riscul acestei unilateralități. Nici o împărțire sau grupare nu este scutită de pericole fasciste, nici măcar cele politice, indiferent de culoarea lor. - Față de “străin” nu există decât o singură atitudine ce poate fi recomandată: cea a deschiderii, deoarece atâta vreme cât ceva nu este cunoscut și înțeles nu se poate trage o concluzie corectă.

Ce sunt eu?

Străinul, straniul, nu ne sunt străine. A te încrede în ceea ce este străin poate fi o amăgire dacă prin aceasta apare mult prea devreme impresia de a ști ce este străinul. Din această cauză ne vom ocupa mai îndeaproape de ceea ce este străin, dar nu înainte de a clarifica ceea ce nu este străin deoarece de la aceasta se definește străinul. Putem observa deja la copilul mic, că acesta începe să realizeze ceva ca străin doar atunci când cunoaște un “EU”. Prima

întrebare ce ne-o punem este “cine sunt eu? - ce anume mă face să fiu om?” Dintre nenumăratele descrieri și explicații cu privire la aceste două întrebări, voi alege două, care totodată pot constitui un **sistem de coordonate al ființării umane**. Abscisa (**verticala**) acestui sistem ne este dată de Pascal (vezi nota):

“Ce este omul? - Un nimic în raport cu infinitul; un tot în raport cu nimicul.”

Omul este suspendat între nimic și infinit iar această poziție centrală îl caracterizează. Dacă privește în direcția infinitului – gândiți-vă la nesfârșitul unui cer înstelat - omul își descoperă micimea. Dacă poate accepta aceasta, el va deveni smerit; iar dacă nu, se va simți devalorizat și neputincios. În depresie se mai adaugă și sentimentul de distrugere, de nimicire.

Dacă privește în direcția opusă, unde se situează nimicul deasupra căruia s-a ridicat – gândiți-vă că priviți din vârful unui munte văile și câmpia ce vi se aștern la picioare - elanul vital îi va crește. Dacă nu va ține însă cont de limitarea înălțimii, el va deveni înfumurat și arogant. În manie omul este dominat de sentimentul atotputerniciei.

Determinarea pe **orizontală** (ordonată) a omului, cea care-l plasează pe un teren ferm, ne-o oferă Jaspers (citată după Frankl, 1983 p.178) care la întrebarea: “ce este omul?” răspunde:

“Omul este, ceea ce este, prin intermediul a ceea ce-și însușește.”

Omul nu este întreg dacă se mulțumește doar cu sine însuși deoarece el se realizează doar atunci când intră în relație. El se înțelege pe sine în funcție de pretențiile pe care și le asumă. Pe măsură ce renunță la izolare în favoarea **deciziei responsabile** și se angajează într-o activitate cu sens, el crește până la împlinirea deplină. “Omul devine cu adevărat om atunci când se dedică total unui lucru sau se dăruiește unei alte persoane.” (Frankl 1982, p.100) El însuși, devine abia atunci când descătușându-se din sine însuși se deschide spre lume, cu frumusețea și diversitatea ei, și se așează în slujba acestei lumi.

Nici descrierea lui Pascal și nici cea a lui Jaspers, respectiv Frankl, nu ne spune ce este omul în esența sa, ambele făcând trimitere la faptul că doar omul poate decide cine este el. O îndatorire a vieții! Cele două descrieri mai au în comun și faptul, că omul se poate dezvolta și defini doar față de un vizavi, “care nu este el însuși” (Frankl *ibid.*). Omul nu se poate defini doar din sine însuși ci doar prin relaționarea sa cu ceilalți.

Omul se structurează în funcție de felul **cum** se realizează legătura dintre “EU” și ceea ce “nu sunt eu”. Atât Frankl cât și Buber susțin: “EU doar prin

TU devin EU”. Ceea ce “nu este EU” nu este din principiu amenințător ci dimpotrivă este constitutiv pentru EU. Ceea ce este profund interior se îndreaptă spre în afară iar ceea ce este exterior devine profund interior. Prin internalizare omul se construiește pe sine pentru ca prin exteriorizare să se regăsească.

De acum înainte nu mai are importanță dacă ceva este afară sau înăuntru. În felul în care cineva se va purta cu ceilalți, la fel se va purta și cu sine însuși, iar după modul în care se va purta cu sine, la fel se va purta și cu ceilalți. Ceea ce-i rămâne omului este doar comportamentul, fie că este vorba despre sine sau despre ceilalți. Dacă apare “străinul”, acesta este în aceiași măsură și înăuntru și în afara sa. Nu locul în care se situează este important ci prin ce anume devine “străinul”, străin.

Înainte de a merge mai departe aș vrea să exemplific printr-o scurtă povestire, cum se comportă ceea ce ne este interior față de ceea ce ne este exterior: Într-o bună zi, pe când ședea la marginea drumului ce ducea la Atena, bătrânul fabulist Esop fu întrebat de un călător: “Ce fel de oameni trăiesc în Atena?” Esop îi răspunse cu o întrebare: “Spuneți-mi mai întâi de unde veniți și ce fel de oameni trăiesc pe acolo?” Încruntându-se călătorul îi răspunse: “Vin de la Argos, oamenii de acolo sunt niște netrebnici, mincinoși, pungăși, nelegiuți și certăreți. Mă bucur că am scăpat de acolo.” - “Ce păcat”, îi răspunse Esop “că nici pe oamenii din Atena n-o să-i găsiți altfel...”

Curând după aceea, mai apărură un călător și-i puse aceiași întrebare, iar Esop îi răspunse întrebându-l ca și pe primul, de unde vine și ce fel de oameni sunt pe acolo. “Vin de la Argos, acolo unde oamenii sunt prietenoși, demni de stimă și cinstiți, mi-a părut tare rău când a trebuit să-i părăsesc” - răspunse călătorul. Atunci, Esop îi zâmbi și spuse: “Mă bucur prietene că ți-o pot spune: Exact așa îi vei găsi și pe oamenii din Atena.”

Ce este “străinul”?

Se poate pune semnul egalității între străin și **necunoscut**? Cu siguranță că vi s-a întâmplat, ca văzând un om total necunoscut, să-l simțiți instantaneu foarte aproape și în nici un caz străin cu toate că încă nici nu-l cunoșteți; iar situația inversă vă este probabil la fel de cunoscută, situația în care un prieten se comportă într-un mod tipic pentru el, mod pe care-l cunoșteți de mult, de exemplu felul în care schimbă subiectul discuției, gesturile sale, și care, cu toate acestea, de această dată vă apare distant; simțiți o înstrăinare. Sau, un loc anume, pe care l-ați părăsit cu mulți ani în urmă și care abia

dacă s-a schimbat în acest timp, vizitându-l acum să-l simțiți străin. Rezultă de aici că “străinătatea” presupune altceva decât o lipsă de cunoaștere. Ceea ce este străin nu este doar necunoscut, la fel cum știința și cunoașterea nu sunt suficiente pentru a înlătura “străinul”.

Să ne întrebăm mai departe : este oare străinul, *alt felul de a fi*? Este **deosebit-ul** de ceea ce-mi este propriu, ceea ce face din el un corp străin? Cineva anume va fi resimțit ca străin într-un grup atunci când se comportă în mod surprinzător, sau când se poartă altfel decât ceilalți membrii ai grupului? Ceea ce este străin este dat de deosebirile de comportament, de origine, de interese, de activități, de venituri sau de sex? Să spunem că ar fi așa, că străinul se naște din deosebiri - dar atunci ceea ce este propriu nu ar putea deveni nici o dată străin. La aceasta se opune observația că, la un moment dat, ulterior, chiar propriul nostru comportament într-o situație ne poate apărea ca străin, astfel încât, să nu ne mai putem regăsi în el, iar asta datorită faptului că în interior ne-am distanțat de acel moment și acel mod de a acționa sau, pentru că nu mai putem înțelege motivația noastră de atunci. Nu ni s-a întâmplat oare fiecăruia ca lucruri care ne-au fost cândva extrem de importante astăzi să ne fie străine?

DACĂ APRECIEM DIFERITUL CA STRĂIN.....

Dacă am pune semnul egalității între diferit și străin ar fi o greșeală cu urmări extrem de grave. Înainte ca eu să fi fost, a fost celălalt. Noi suntem urmașii, adică suntem alcătuiți din ceilalți care ne-au premers. Abia am apărut și am și început să ne dezvoltăm pe seama celorlalți. Am învățat să vorbim, pentru că locuiam în limba maternă. Am spus “EU” după ce spusese de mult “TU” precum și multe alte lucruri. “TU-ul” este mai vechi decât “EU-ul.” - spune Nietzsche. Necesara tensiune vitală dintre EU și felul diferit de a fi al lui TU se întrupează în dragoste. Te iubesc pentru că TU ești așa cum ești, nu pentru că TU ești așa cum sunt EU. Îndrăgostitul spune: “Te doresc (pe tine, nu pe mine)”. Iubirea este deschiderea spre diferitul fel de a fi al lui TU dar nu spre străin. Atunci când apare înstrăinarea, dragostea a trecut demult .

Viața presupune un schimb permanent, este dependentă de preluarea unor forme diferite de a fi. Schimbul, ca și condiție fundamentală a vieții este prezent de la organismele unicelulare, pentru ca trecând prin plante și animale să ajungă în cazul omului la dimensiuni colosale, ce trec cu mult

dincolo de biologic (de ex. hrană) și psihologic-pulsional (de ex. sentimente). Fără a intra în contact cu altul, cu celălalt, nu se poate edifica un sistem imunitar și cu atât mai puțin pot fi dezvoltate aptitudinile. Preluarea a *altceva*, transformarea a ceea ce a fost preluat și re-darea a ceea ce rezultă către *altceva*, este un proces permanent. Acolo unde se vorbește despre mine, în totalitatea mea, este vorba și despre altul, despre *celălalt*. Fără “celălalt” nu poate exista “propriul”. Fără celălalt nu există vizavi-ul, opusul, prezența. Fără celălalt nu există prezentul. *Alt felul de a fi* realizează tensiunea vitală, tensiunea relației, tensiunea față de “încă-nu”, față de “va-să-fie”, tensiunea dintre *a fi* (Sein) și *să fi*, *să devi* (Sollen). (Frankl, 1970 p.51). *Alt felul de a fi* realizează din punctul de vedere al analizei existențiale, diferența dintre EU (Ich) și SINEA mea (Selbst). SINEA se realizează prin celălalt și devine spațiul “în care EU-ul respiră”(Frankl, 1984 p.169).

AMENINȚAREA

O IMAGINE GREȘITĂ

ÎNLĂTURAREA

DE A FACE DIN CELĂLALT UN STRĂIN

Pe cât de fatală poate fi confuzia dintre străin și alt felul de a fi, pe atât de ușor poate ea să se producă. Atunci când “celălalt” amenință “propriul”, când mă asuprește, pe mine cel ce vreau să trăiesc și să fac schimb, atunci ia naștere “străinul”. Schimburile sunt întrerupte, iar o distanță securizantă față de pericol devine necesară.

Chiar și atunci când ne-am făcut despre celălalt o imagine ce nu corespunde realității, îl vom resimți ca străin. Îl vom vedea ca pe ceva ce nu corespunde reprezentării noastre despre el, fapt pentru care este “total altfel”, “total străin”. Imaginea pe care ne-am făcut-o se inseră între noi și celălalt împiedicând apropierea. Spre exemplu, ne putem foarte bine obișnui cu cineva și cu toate acestea să fim extrem de străini.

Celălalt ne va deveni străin și atunci când nu-l mai luăm în seamă (ne întoarcem fața de la el). Cu cât ne concentrăm mai mult asupra noastră înșine, cu atât devine celălalt mai străin. Preocuparea nevrotică cu sine însuși face ca lumea să devină teribil de străină, iar cel în cauză el însuși un înstrăinat. Îndelungata și artificiala preocupare cu sine însuși din unele forme de psihoterapie, creează pericolul ca celălalt să devină tot mai lipsit de importanță și în felul acesta din ce în ce mai străin; iar nu după multă vreme o povară, deoarece ne distrage atenția de la ceea ce este, evident doar aparent, important; pentru

ca în cele din urmă să ne devină dușman, dacă nu renunță la a nu ne lăsa în pace. Acesta este pericolul social al psiho-călătoriilor. Există însă în același timp și un pericol pentru pace și bună înțelegere. Spiritul împăciuitoare nu va mai servi bunei înțelegeri, ci cel mult, propriilor refuzuri și proiecții.

Chiar și acest turism de masă în alte țări, nu servește el oare de multe ori doar scopului de a retrăi ceea ce este propriu, văzând în ceilalți niște străini? Acela care călătorește în Sicilia doar pentru a comanda cârnăciori cu varză acră, acela nu dorește să trăiască valoarea celorlalți, ci să-și lase gândurile obiceiurile prin intermediul străinilor. Ceea ce va aduce el cu sine din Sicilia, este doar convingerea că nicăieri nu vei găsi cârnăciori cu varză acră mai gustoși decât acasă. Mai bine ar fi scutit Sicilia de poluarea culturală turistică.

Dar ce este străinul? Am văzut că el este mai mult decât necunoscutul și din principiu nu "alt felul de a fi". **Străinul este îndepărtatul**, el este definit prin distanța interioară față de mine. Ceea ce-mi este străin îmi este îndepărtat, provine din raza mea de acțiune (.....) opusul a ceea ce-mi este străin este în felul acesta ceea ce-mi este aproape ceea ce-mi este familiar. Nu tot ceea ce ne este cunoscut, ne este și apropiat. Nu tot ceea ce ne este propriu, ne este și credincios. Dar despre toate acestea vom vorbi în continuare.

Rezumând cele afirmate până acum, putem spune:

Atunci când te văd ca pe "**celălalt**", poate lua ființă "propriul" meu și "propriul" tău. Atunci, al tău și al meu devin o valoare. Atunci însă, când te văd "**străin**", atunci zăresc doar distanța până la tine dar nu și pe tine. Rezultă că asupra străinului nu pot emite o judecată. Pretutindeni unde trăiesc ceva ca străin, nu pot cunoaște decât distanța până la el, dar nimic esențial despre acel lucru. Atunci însă, când în spatele a ceea ce este străin încep să întrezăresc alt felul de a fi, atunci străinul poate deveni fascinație.

Despre o astfel de experiență mi-a povestit o tânără pacientă. Călătorea cu metroul iar vagonul era aproape gol. La un moment dat au urcat cinci băieți ce s-au așezat lângă ea. "Cinci băieți, și pe deasupra și din Iugoslavia, iar eu eram practic singură în vagon" - constată ea cu groază. Începe să se nerveze că datorită stilului ei temător, atunci când a urcat, nu s-a așezat lângă singura femeie care mai era în vagon. "Atunci nu aș mai fi fost nevoită să stau singură alături de ei". Se simțea izolată și amenințată. "De ce s-au așezat chiar lângă mine, este doar atâta loc în vagon? Ce am eu de a face cu ăștia? Nu-i cunosc și nici nu vreau să-i cunosc; nu le înțeleg nici măcar

limba!" De mult nu s-a mai simțit atât de expusă în fața străinilor.

La următoarea stație a devenit brusc conștientă de neplăcerea pe care i-o provoca acest sentiment și s-a întrebat: "Chiar trebuie să fie așa?" Astfel a făcut deja primul pas spre combaterea sentimentului de "străin". A pus sub semnul întrebării distanța interioară față de străin, fără a se mai mulțumi doar să o constate. Încă înainte de a intra în relație cu străinul, ea a intrat într-o relație interioară cu propriul ei comportament și cu propriile ei gânduri. "Poate că nici nu sunt atât de fioroși pe cât îmi închipui?" Cu multă precauție a început să-i privească. A constatat că sunt cu câțiva ani mai tineri decât ea, că sunt îngrijit îmbrăcați și se dichisiseră pentru seara respectivă. Privindu-le fețele a constatat cu uimire: "În definitiv au niște fețe foarte frumoase și expresive. Nu se poate spune că ar fi neapărat drăguțe, dar fiecare figură este frumoasă în felul ei. - Cu siguranță că nu sunt dintre cei mai răi care vin la noi din țara lor." În momentul când a venit vremea să coboare, a putut trece fără teamă pe lângă ei deoarece nu-i mai erau străini. De acuma vedea oamenii.

"Omul este, ceea ce este, prin intermediul a ceea ce-și însușește."

Tripla origine a "străinului".

Acuma știm cum este definit străinul; dar cum se poate ajunge la înstrăinare? De ce de la distanța la care se află străinul nu ne lasă neatinși? Observația cum că străinul generează frica și datorită acestui fapt nu ne poate fi indiferent, nu rezolvă problema. Această constatare descrie doar o stare de fapt care circumscrie domeniul a ceea ce este străin. Pentru a afla însă ce anume face din ceea ce este străin, ceva străin, trebuie să cercetăm dinamica ce se află la originea acestui fenomen precum și premisele existențiale și modul de influență a sentimentului de "străin". Cu ajutorul analizei existențiale se pot descifra trei cauze ce duc la apariția acestui sentiment.

1). În plan existențial, "străinul" ni se relevă în primul rând ca o **sărăcire a relației**. Aceasta se poate realiza pe multiple căi. Ceva îmi poate fi străin doar pentru că este neobișnuit, iar eu nu am disponibilitatea de a renunța la obiceiurile mele. Îl elimin din viața mea, fără să mă mai ocup de el. Alteori, este vorba de cunoștințe anterioare,

reprezentări, păreri foarte clare despre “străin”, care mă împiedică să mă ocup de el; spre exemplu mi se poate părea lipsit de importanță, plictisitor, nesemnificativ. Lipsa de relație poate apare și atunci când, cu toate că se dorește ajungerea la un anume om, aceasta nu se poate realiza deoarece în ciuda tuturor strădaniilor acela rămâne de neînțeles; ceea ce în cazul psihozelor (de exemplu schizofrenia) devine extrem de pregnant. El, pe care-l cunoșteam atât de bine, dar cu care am pierdut contactul, ne devine străin prin boala sa, deoarece nu-l mai putem înțelege.

Vremurile pe care le trăim contribuie și ele la sărăcirea relațiilor. Familia adunată în jurul mesei la cină privește la televizor deoarece ceea ce este în preajmă nu pare suficient de interesant. Spiritul consumatorist și reclamele cultivă multe dorințe dar distrug relația; tehnica pretinde mai mult înstrăinare decât contact interpersonal cu semenii.

Pot fi numite nenumărate motive care duc la sărăcirea sau chiar la dispariția relației. Omul trăiește lipsa necesarei tensiuni de relație ca **singurătate**. Îl înconjoară un gol și există prea puține lucruri la care s-ar putea raporta ca om. Dorind să aibă totul din care să poată trăii, prin sărăcirea relației el pierde acel ceva pentru care ar putea trăii. Viața sa alunecă în “vidul existențial”(Frankl, 1982 p.18; 1985 p.11), își pierde orice interes, inițiativa îi este paralizată, iar **sentimentele de gol** și de **lipsă de sens** devin dominante; iar aceasta datorită faptului că omului îi este propriu a-și dori apropierea de lucruri. Cea mai mare împlinire o descoperim atunci când ne orientăm spre celălalt; în modul iubirii “sunt unul pentru celălalt”(“bei-einander-sind”) (Frankl, 1984 p.91). Spuneam că “ceea ce este, omul este prin intermediul a ceea ce-și însușește”. Deci sărăcirea relației este una din cauzele înstrăinării și care-l îndepărtează pe om de viață.

2) Pierderea libertății, **neputința-de-a-fi-tu-însuși** este o altă cauză ce îl propulsează pe om la granița nimic-ului și generează “străinul”. Aici nu mai domnește acalmia vidului existențial ci furtuna amenințării și asupririi. În locul gol-ului se instalează **teama**. Viața devine prăpăstioasă. Teama de nimic, de nimicnicie, de nimicire devine o amprentă. Comportamentul este de fugă sau răzvrătire. Opoziția lumii este supraapreciată. Nu putem fi, ceea ce suntem - respectiv liberi de a deveni altfel (Frankl, 1984 p.215). Viața ne este îngustată, amenințată, suntem obligați, forțați, asupriți de noi înșine și ne devenim străini nouă înșine prin ceea ce ni se opune. În această formă de “străin” este amenințată **autodeterminarea**.

Atunci când o căsnicie nu mai merge, când relația de ani de zile a devenit prea strâmtă, când am sentimentul că partenerul nu-mi permite să fiu așa cum sunt, când vrea să fiu altfel decât sunt, când nu mă lasă să devin ceea ce aș putea fi, când nu mai știu să mă delimitez, atunci în relație se instalează înstrăinarea. A trecut bucuria de a putea spune: “doar prin tine mă regăsesc în totalitate”. Am devenit un străin atunci când sunt cu tine. Nu mă mai regăsesc în ochii tăi. Doar un lucru aș putea spune: cu tine pot fi în așa fel altfel, cum trebuie să fiu de obicei - acum **trebuie** să fiu cu tine altfel decât sunt. Nu ne stăm în cale și ne semnalăm apropierea deoarece atunci când oameni apropiați devin străini, ei devin un iad unul pentru celălalt: “L’enfer, ce sont les autres” (Sartre). În iad autodeterminarea este suspendată.

În **nevroză, autodeterminarea este redusă**, apersonalul dobândește superioritate, auto-înstrăinarea devine dominantă. Un exemplu din practică: La tratament vine un pacient cu o “nevroză noogenă” (după Frankl, 1983 p.135). Relaționarea sa frizează narcisismul; este de mult nemulțumit de el însuși cu toate că în definitiv nu se place decât pe sine; nimic nu-i mai face plăcere cu adevărat, munca a devenit tot mai frustrantă și-i solicită un efort tot mai mare. Treptat, în cursul terapiei începe să recunoască și să verbalizeze ce anume îl îndepărtează de viață: “Dacă aș face de bună voie ceea ce trebuie să fac la lucru, atunci aș avea sentimentul că funcționez doar ca o rotiță, că m-aș preda și mi-aș pierde libertatea. Pentru mine libertate înseamnă să organizez lumea după pofta mea. Atâta vreme cât îmi pot îndeplini dorințele, vreau să profit de aceasta și să nu fac lucruri ce-mi sunt impuse din afară. Din cauza aceasta îmi amân lucrul până în ultimul moment, iar atunci trebuie să lucrez toată noaptea, deoarece dacă oricum mă aflu sub presiunea obligațiilor, nu vreau să mi le mai și asum de bună voie!” Munca în profesia sa, pe care de altfel singur și-a ales-o, nu-i face nici o plăcere. Se simte constrâns și dependent de îndată ce apare o programare. “Nu suport nici un fel de autoritate în afara celei alese de mine. Întotdeauna a fost așa, deja în relația cu tata, și a rămas așa întotdeauna când am de a face cu autoritățile. Încerc să le ocolesc cât de des și cât de mult se poate. - Autoritățile, și la acestea se adaugă și coerciția pe care o exercită realitatea, reprezintă determinanți străini. Sensul vieții mele este de a dobândi plăcere în toate planurile. Ceea ce fac trebuie să-mi producă plăcere chiar dacă vrea sau nu. Iar totul trebuie să meargă ușor deoarece doresc să sorb plăcerea în toate domeniile, din toate vreau să extrag tot ceea ce reprezintă plăcere, împlinire, sentimente

plăcute și fericire. Doar atunci când simt plăcerea, când îmi satisfac dorințele am sentimentul că sunt eu însumi. Autodeterminare înseamnă: a putea face ceea ce-ți dorești și ceea ce ai chef să faci!”

Nemulțumirea de care suferă îi dă de înțeles, că de fapt, **libertatea sa nu există**. Ceea ce înțelege el prin libertate nu este în realitate decât bunul plac, arbitrariul, **impulsul sentimentului de plăcere** de care se cramponează în iubirea sa narcisică de sine. “Sinea” sa nu este cu nimic mai mare decât “EU”-ul său - spațiul în care trebuie să respire EU-ul (Frankl, 1984 p.169) este inexistent. EU-ul este pe punctul de a se sufoca. Spuneam că: “omul este ceea ce este, prin intermediul lucrului pe care și-l însușește, care-i devine propriu.” Pacientului îi este însă frică să nu se piardă dacă se desprinde de sine. El crede că autentic este doar ceea ce izvorăște din el însuși, ori, din sine nu provin decât dorințele și plăcerea. **Autenticitate** însă nu înseamnă obârșie ci faptul de **a fi creator**: nu este vorba de a descoperi motivele originare și inimitabile de acțiune ci, ca în acord cu starea de fapt coresponsuzătoare situației, să desfășori acea acțiune pentru care poți să îți asumi responsabilitatea. Autentic înseamnă deci, a-ți fi credincios ție însuși și nu narcisism. Acolo unde pot acționa și altfel, eu devin creatorul acelei acțiuni. În nevroză, unde trebuie acționat întotdeauna identic, nu mai suntem “stăpâni în casa noastră”(Freud), creatori ai propriilor fapte. Autenticitatea se pierde. Pedalarea pe principii, executarea orbească a îndatoririlor, obiceiurile rigide sunt de asemenea lucruri străine în om, și care duc la pierderea autenticității personale și astfel la înstrăinare.

Ceea ce mă împiedică să fiu eu însumi, mă înstrăinează. “Nimic nu realizează o distanță mai mare decât sentimentul de a trebui să fi aici din obligație” spune Schnitzler în “Drumul singuraticilor”. Tot ceea ce este inautentic deschide hăuri în care domnește nimic-ul. Ambele comportamente; de a se pune pe sine mai presus de orice, precum am văzut în ultimul exemplu, ca și cel de ocolire a partenerului, de combatere obsesivă a iadului înstrăinării, conduc în preajma nimicului unde ne înstrăinăm de noi înșine.

3) După cum am văzut, “străinul” ia naștere atât din deșertul sărăcirii relației cât și din abisul amenințării libertății. Dar înstrăinarea nu ar băntui dacă ar lua ființă doar din tulburările de relație și îngrădirea libertății, deoarece nici o dată nu suntem absolut liberi, întotdeauna suntem constrânși de condiții iar libertatea ne este astfel limitată; și cu toată apropierea de lucruri, lucrurile rămân totuși despărțite

de noi și-și urmează propriile legi, în alt felul lor de a fi. Un alt om, chiar și propriul nostru copil, nu este nici o dată total “al nostru”, este întotdeauna, în primul rând, el însuși. Ceea ce credem că avem, nu posedăm, deoarece ceea ce deținem se poate pierde în orice moment. Datorită acestui fapt nu putem depăși nici o dată înstrăinarea? Există o unică posibilitate de a o învinge: să ne ținem de ceea ce ne este dat, cu adevărat în totalitate. - Ce este aceasta? Heidegger precizează: “nu ființa ne este dată ci responsabilitatea pentru ființă”. În același sens scria și Frankl (1979 p.14): “Dasein-ul este al nostru doar în măsura în care este un dasein responsabil.” În felul acesta ni se arată, ce este în ultimă instanță, “străinul”: **străin este ceea ce nu este răspunzător**.

Am vorbit despre sărăcirea relației ca despre o cauză a ceea ce este străin. Nici ea “nu este responsabilă” - reprezintă un refuz de a răspunde la apelul venit din lume. Am vorbit de asemenea despre inautenticitate - și ea este în ultimă instanță o neputință în asumarea responsabilității - este răspunsul fals sau ne-liber la întrebarea pusă de situație. Evoluția este întotdeauna aceeași: străinul mă neliniștește doar acolo unde m-am comportat iresponsabil. Măsura străinului nu este dată nici de sărăcia de relație și nici de teamă; decisiv este faptul dacă - în cel mai rău caz chiar în ciuda sărăciei de relație și a fricii - mă știu sau nu responsabil. Chiar dacă problema rămâne la fel de “problematică”, *străinul* dispare dacă îmi asum responsabilitatea, deoarece responsabilitate înseamnă asumarea celei mai profunde relații.

Cine își asumă responsabilitatea realizează dintr-o simplă legătură o comuniune, deoarece el se îndreaptă spre esența profundă a celuilalt, se raportează activ la el, în grija pentru viitorul său cel mai bun.

Cine își asumă responsabilitatea, își realizează (împlinește) libertatea (Sperber, 1980 p.18) deoarece intervine pentru creativitatea activității sale și nu se lasă astfel pe sine în încercătură.

Cine își asumă responsabilitatea, își oferă posibilitatea de a se dezvolta, deoarece se străduiește pentru acele lucruri care-i dau valoare vieții.

Să recapitulăm: Ce face ca ceea ce este străin, să ne fie străin? În primul rând **sărăcirea relațiilor**, deoarece izolează, face viața fără sens, conduce la golul “vidului existențial”. În al doilea rând, avem obligația de **a-trebuie-să-fi-altfel**, deoarece conduce la teama de a nu te pierde pe tine însuși (inautenticitate). Dar analizând până la capăt, străinul este **neasumarea responsabilității**

(iresponsabilul), deoarece acolo eu însumi nu sunt prezent, eu însumi nu m-am dezvoltat până la dimensiunea mea; iar cea mai mare vină este să aflui, că de fapt, nu am trăit cu adevărat. Doar atunci când trebuie să suport aceasta, doar atunci când eu însumi nu mă angajez în viață, doar atunci “străinul” devine de importanță existențială. Dar ce-mi face “străinul”? Dacă accept înstrăinarea mă proiectez în depărtarea în care sunt expus: golului, fricii și probabil chiar unei anume vinovății. De acum aceasta este propria mea obligație. În încheiere să reflectăm puțin cum ne putem opune la ceea ce este străin.

Aruncarea punților spre depărtări

ÎNVINGEREA ÎNSTRĂINĂRII NU SE
REALIZEAZĂ PRIN PROPRIE
OBLIGAȚIE (PROPRIE VOINȚĂ), CI

PRIN ÎNVINGEREA

GOLULUI
FRICII
VINOVAȚIEI

CU AJUTORUL

ÎNȚELEGERII
CURAJULUI
ÎNCREDERII

Golul, frica și vinovăția sunt cele mai adânci spaime ale omului. De aceea, reprezentarea de a fi părăsit este înspăimântătoare: golul singurătății. Este înspăimântător gândul că celălalt este imprevizibil; că te poate abandona, păgubi sau vătăma, ori că nu te va lăsa să fi în felul tău: frica de nimicire. Înspăimântă de asemenea și posibilitatea de a-i rămâne celuilalt dator, de a nu putea trece dincolo de tine și de a înșela așteptările: frica de a greși.

Problema înstrăinării nu este autodelimitarea, aceasta fiind mai mult o condiție necesară ca întâlnirea să poată avea loc. Granița realizează vecinătatea. Fără delimitări nu ar exista organe, nu ar exista persoana, nu ar exista cultura. Problema înstrăinării o reprezintă depășirea autodelimitării, fără ca prin aceasta să se nege propria îndatorire, așa cum este cazul în situația contopirilor sau a identificărilor tardive. Autodelimitarea este necesară precum un prag pe care trebuie să-l atingem pentru a putea ieși în bogăția lumii. “Cu adevărat om, omul este de fapt doar atunci când se dedică total unui lucru sau se dăruiește unei alte persoane” - spune Frankl (1982

p.100). Găsirea de sine este dăruire în baza autonomiei. Prin dăruire omul se dobândește pe sine, se dobândește în schimb cu viața și se redobândește reînnoit. Dăruirea nu trebuie confundată cu identificarea. Identificarea este abandonarea de sine în altceva. Atunci când afirmă: “omul este ceea ce este, prin intermediul lucrului pe care și-l însușește, care-i devine propriu” - Jaspers nu înțelege prin aceasta o identificare, prin punerea semnului de egalitate între sine și celălalt, ci faptul că doar prin raportare la celălți omul devine om cu adevărat iar prin aceasta se autocaracterizează. Eroii din basme trebuie deseori să călătorească pe tărâmurile străine dar nu pentru a căuta obiecte cu care să se identifice, ci pentru a birui “străinul”. Acela care-și face din străin un credincios, care-l va îmblânzi sau învinge, acela se va afirma ca erou și va dobândi comoara vieții sale.

Pentru a depăși plictiseala saturării EU-ului și închistarea autosuficienței, pentru a ne putea dezvolta și regăsi pe noi înșine, ne stau la dispoziție trei posibilități: înțelegerea, curajul și încrederea; grație cărora putem acționa cauzal asupra celor trei determinanți ai “străinului” și să-l înlăturăm.

Înțelegerea este mijlocul de combatere a *sărăciei relației*. Ea netezește drumul spre întâlnire. De multe ori nici nu ne dăm silința să-l înțelegem pe celălalt deoarece suntem pradă unei confuzii; și anume, că a înțelege ar însemna renunțarea la propriul punct de vedere și a da dreptate celuilalt; dar nu aceasta înseamnă a înțelege. **A dori să înțelegi, înseamnă a te întreba asupra temeiurilor ce-l mișcă pe un om.** Ne apropiem de el atunci când reușim să-l privim în dinamica sa, în felul lui de a fi mișcat. Cu ajutorul înțelegerii pot fi înlăturate înstrăinările din relație chiar dacă acestea au durat ani de zile. Lăsați-l o dată pe partener, pe coleg sau pe necunoscut să vorbească și ascultați-l cu atenție, ce naiba de prostii tot spune? Lăsați-l să vorbească și fiți măcar o dată mai puțin atenți la ceea ce spune, încercând să-l suportați în timp ce vă întrebați: “Cum de spune el asta? Cum de mi-o spune tocmai mie? Oare ce-l mișcă de vorbește astfel cu mine?” Dacă pe partenerul de căsătorie, deja de mult, abia dacă îl mai puteți suporta, lăsați-l o dată să vorbească mai departe și abțineți-vă să-l întrerupeți, în timp ce vă întrebați: “Este bine dacă rămân mai departe cu el? Să încep să-l ascult din nou? Sau să plec definitiv? ce mă mișcă acum?” În felul acesta vă veți putea orienta în plan interior, și așezându-vă în orizontul situației vă veți putea întreba ca un om liber și care înțelege: “Mă așteaptă în altă parte ceva mai important? Este acel altceva într-adevăr atât de

important? De ce mă mișcă?” Dacă vă întrebați în felul acesta, atunci îl veți putea înțelege atât pe celălalt cât și pe voi înșivă. După puțin exercițiu veți reuși să faceți ceea ce este mai cu sens, fără a avea sentimente de culpă, în deplină libertate și cu responsabilitate. O să reușiți să vorbiți cu partenerul vostru despre toate acestea și s-ar putea întâmpla ca el să vă și înțeleagă deoarece de acum veți cunoaște motivele lui de acțiune și le puteți nominaliza pe ale voastre. - Unde există înțelegere, înstrăinarea prin sărăcirea relației se volatilizează.

Curajul l-am numit a fi a doua posibilitate de înlăturare a ceea ce este străin. Curajul se opune lipsei libertății, încorsetării amenințătoare a fricii și disperării. Curajul vine din mine; el este expresia acordului meu cu viața. Curajul este sentimentul **cutezanței de a face împreună cu mine pasul deasupra abisului**. Curajul este pus la încercare atunci când sărim de la o trambulină în apă.

Se face adeseori o confuzie care blochează curajul: curaj nu înseamnă absența fricii, ci dimpotrivă: a-ți fi frică! Dacă nu mi-ar fi fost frică nu aș fi avut nevoie de curaj. A avea curaj înseamnă a avea un mult mai mare acord cu viața decât spaimă de moarte. Bine înțeles că mi-e frică să-i mărturisesc altuia o slăbiciune de-a mea, la fel cum îmi este frică să încerc să-l înțeleg pe un om ce mi-a devenit nesuferit. Cu toate acestea, este posibil “să-mi iau inima în dinți” și din acordul meu cu viața să cuez să fac acest pas.

Atunci când curajul nu înseamnă obrăznicie, el are de partea sa **încrederea**. Curajul în sine este orb, el este sentimentul meu de viață, în fața nimicului. Încrederea nu este oarbă deoarece ea vede lumea din perspectiva suportului pe care aceasta îl poate oferi. Disponibilitatea de a avea încredere se întemeiază pe experiența incontestabilității (Scheler) lucrului ce-mi promite un suport. Disponibilitatea de a avea încredere nu se întemeiază în mine ci în experimentarea opoziției lumii. (Cu totul altfel stau lucrurile în cazul curajului. El se întemeiază în mine în sentimentul meu de forță. Ceea ce este numit “încredere fundamentală” este de fapt “energia vitală”, “curajul de a da piept cu viața”).

Disponibilitatea de a avea încredere își are originea în conștiința **faptului de a fi protejat**. Atunci când am încredere în ceva, mă simt pentru o perioadă de timp în siguranță. Știu că în ceea ce am încredere mă va putea susține o perioadă de vreme. În actul de încredere eu mă **decid** pentru acest suport și mă bazez pe capacitatea de a mă susține a ceva, ceea ce nu sunt eu însumi. Încrederea reprezintă încredințarea propriei ființe altei ființe resimțită ca plină de sens.

Încrederea se opune lipsei de responsabilitate și astfel străinului. A acționa fără responsabilitate înseamnă a nu te încrede în nimic, chiar și pentru o perioadă foarte scurtă de timp. Încrederea și responsabilitatea nu mi le pot nici o dată impune; ele îmi largesc spațiul vital ce-mi stă la dispoziție. Acolo unde există încredere, în prealabil a fost zărit un suport; iar unde există responsabilitate, în prealabil a fost auzit apelul.

Închei cu o **maximă analitic-existențială** care cuprinde posibilitățile de găsim de sine și de descoperire a lumii. Poate că ea vă va spori “curajul de a fi” (“Mut zum Sein”- Tillich) și curajul pentru întâlnire:

“În loc a mă lăsa în seama altora - să mă las admis!” Atunci singurătatea devine **liniște și calm**.

Alfried Längle - din: ROTHBUCHER H., WURST F. (ed.): *Wir und das Fremde*. Faszination und Bedrohung. Salzburg: Selbstverlag der Internat. Pädagog. Werktagung 1989, pag. 79-95.

Notă: Citatul integral din Blaise Pascal – Cugetări – fragmentul 72, al 6 în traducere în limba română este următorul: „Căci, până la urmă, ce este omul în natură? Un nimic în raport cu infinitul, un tot în raport cu nimicul, așezat la mijloc, între nimic și tot. Infinit de departe de înțelegerea extremelor, scopul lucrurilor și principiul lor sunt pentru el în mod absolut ascunse, într-un secret impenetrabil, egal de neputincios în a vedea nimicul din care a ieșit și infinitul în care e cufundat.” – Editura Aion, Oradea, Ed.a 2-a rev. – 2000. (Evident că autorul citează o traducere în limba Germană).

Bibliografie:

- Frankl V. (1970). The will to meaning. New York
(1979). Der unbewußte Gott. München.
(1982). Ärztliche Seelsorge. Wien.
(1983). Theorie und Therapie der Neurosen. München.
(1984). Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern.
(1985). Das Leiden am sinnlosen Leben. Freiburg.
- Gee H.L. (1955). Fivehundred Tales to tell again. London: Gee & Co, 1955-1957. Traducere germană în: Graf L. u.a. (Hsg.), Die Blume des Blinden. München, Kaiser 1983.
- Geissbühler H. (1974). Recht und Macht bei Pascal. Bern.
Jaspers K. Citat după Frankl (1983), pag.178.
- Michalski K. (1987). Jan Patočka Memorial Lecture. Wien. (Prelegere nepublicată)
- Pascal B. – Cugetări – fragmentul 72
- Sperber M. (1980). Der Freie Mensch. Zürich.
- Spoerri Th. (1955). Der verborgene Pascal. Hamburg.

Titlu original: Vertrauen – Mut oder Selbstaufgabe. In: H. Rothbucher/F. Wurst (Hg.), Wir und das Fremde. Faszination und Bedrohung. Selbstverlag der Intern. Päd. Werktagung Salzburg, 1989, 79-95

