



Spirit și sens

Mărturii despre vindecarea traumelor prin creștinism și logoterapie

Oana Maria Junc

„Dar cei care speră în Domnul
își înnoiesc puterea,
se înalță pe aripi ca vulturii;
aleargă și nu oboresc,
merg și nu se epuizează.” (Isaia, 40,31, *Biblia catolică*)

„Într-un fel, suferința încetează să mai fie suferință
în momentul în care capătă un sens,
cum ar fi sensul unui sacrificiu.”
(Viktor Frankl, *”Omul în căutarea sensului”*)

Cuprins

Prefață	4
1. Aripă de plumb – Și totuși zboară	6
2. Idolul ascuns – Dincolo de nori	7
3. Melancolie – Visele prind aripă	8
4. Inocența pierdută – Simț fără rațiune	10
5. Lupul singuratic – de ce își linge rănila	12
6. Persona – Dincolo de mască	14
7. Licări – Căutări și frământări	16
8. Spirit și sens - Cel ce privește răsăritul de soare	18
9. Spirit și sens - Cum să aduci lumina din vis în realitate	20

Prefață

Am scris această carte din câteva răsuflări. Am simțit nevoia să aștern pe hârtie câteva momente din viața mea care mi-au rămas adânc întipărite în minte. Pentru a scăpa de anumite fobii, psihologii te îndeamnă să le dai un nume. Numindu-le, rezistența lor scade, te poți detașa și analiza prin filtrul rațiunii evenimente care par să nu aibă niciun sens.

Într-adevăr sunt unele amintiri dureroase din viață, dar, în ciuda faptului că sunt lipsite de rațiune, ele au totuși un sens. Sigur, dacă ar fi să mă întorc înapoi în timp nu aș mai alege să trec prin evenimente similare, dar, pe mulți dintre noi, viața nu ne pregătește cu un "arsenal" care să ne ajute în lupta cu dificultățile.

Scrisul acestei cărți a fost ca o "exorcizare". Cu cât îmi vedeam ideile așternute pe ecran, cu atât senzația de eliberare era mai mare. Tot psihologii spun că ideile verbalizate devin mai logice. Memoria este ca o cameră întunecată în care doar ai idee ce este acolo, vezi umbre și contururi, dar nu vezi clar. Însă atunci când pătrunde lumina soarelui în cameră, poți distinge obiectele. Și, mai mult decât atât, poți vedea praful care s-a depus pe ele, poți face curățenie apoi ordine astfel încât să scoți în evidență valoarea lor.

Depresia te face să te simți ca o insulă izolată într-un ocean. Scriind această carte nu m-am mai simțit singură. Am simțit că mă apropii încet încet de alte insule și formăm un continent, un continent al oamenilor liberi de traume, care se pot privi unii în ochii celorlalți și-și pot afla sensul. Așa cum Viktor E. Frankl, izolat într-un lagăr, a privit un răsărit de soare și a văzut chipul soției sale.

Mai târziu, Viktor E. Frankl va spune: "Iubirea este scopul ultim și cel mai înalt la care poate aspira omul"¹. Noi, ca oameni, suntem încununarea naturii. Putem cuceri teritorii, putem domina mase de oameni, putem ajunge până în colțuri îndepărtate ale universului, putem cuceri inimi și minți, dar, cu toate acestea, suntem, așa cum spunea Blaise Pascal niște "trestii gânditoare"². Astăzi suntem, dar mâine nu știm ce se va întâmpla. Viața e atât de fragilă. Avem însă, în noi, după cum tot Pascal remarcă un dor de infinit pe care nu-l putem satisface prin iubiri sau împliniri pământești.

¹ "Omul în căutarea sensului"

² "Cugetări"

Ca și la Pascal, acest infinit are pentru mine același nume: Dumnezeu. Scriind această carte, am pus în fața lui Dumnezeu experiențele mele și, prin aceasta ele au început să capete sens. Acele tresăriri de spirit au fost cele care au dat o formă și un înțeles acestei cărți. A fost o mare consolare să găsesc un sens în suferința mea și dacă a fost nevoie să trec prin infern pentru a ajunge la Dumnezeu, atunci, nu mai regret nimic din ce s-a întâmplat.

Dacă această carte va ajunge la un singur suflet și-i va da speranță, ea și-a atins scopul.

1. Aripi de plumb – Și totuși zboară

Se spune că, în anul 1633, Galileo Galilei, forțat de Inchiziție să se dezică de convingerea sa, bazată pe observații astronomice, conform căreia pământul se învâрте în jurul soarelui, a semnat într-un final actul de abjurare, însă, la ieșirea din sala de judecată, a bătut cu piciorul în pământ și a șoptit: "Eppur si muove" ("Și totuși se mișcă").

Nu știu câți ani aveam, 5-6-7... Stăteam înlemnită în pat cu ochii ațintiți către scena din fața mea în care tatăl meu cu ochii plini de ură și mânie și-a înfipt mâinile în jurul gâtului mamei mele care striga după ajutor. În final, cineva vine și îi desparte. Până să vină acel cineva, o întrebare persista în mintea mea: "De ce nu vine nimeni să ne salveze?". Nu cred că atunci mi-am formulat întrebarea chiar așa și nu mă gândeam numai la salvarea din încheștarea "pumnilor de fier", ci din iadul din noi.

Lumina din ochii copilului cu aripi de plumb, nu se stingea numai din cauza iadului din familie, dar și a celui generalizat din societate. Economia de electricitate din acea vreme ne obliga să ne petrecem serile lângă lampa de gaz. Într-o seară, când lumina s-a stins, până să aprindă mama lampa, m-a apucat o groază ca și când aș fi fost într-un coșmar din care nu mă puteam trezi și am început să țip. Am resimțit întunericul atât de greu ca și când aș fi fost închisă într-o cușcă de fier. Dintr-o dată am simțit o palmă peste obraz și m-am oprit. De atunci, nu mai mi-e frică de întuneric.

Misterul existenței lui Moș Crăciun a fost păstrat în familie în perioada copilăriei mele. Așteptam cu sufletul la gură seara de Ajun pentru a vedea ce surpriză îmi pregătea Moșul ca răsplată că am fost cuminte. În fiecare an îmi aducea câte o păpușă mare aproape de mărimea mea. Eram fascinată de frumusețea lor și aveam impresia că nu exista ceva mai frumos pe lume decât acele păpuși.

O prietenă de vârsta mea mă însoțea în lumea fantastică în care puneam nume păpușilor și le educam de la catedra de învățătoare. Erau momente când uitam de încheștare, nu numai datorită păpușilor, dar și a faptului că prietena mea îmi putea reflecta și tristețea și bucuria.

A fi bărbat echivala la vremea respectivă, dar și astăzi de multe ori, cu a călca cu bocancii ghiociei ca să facă loc măcăcinilor. A fi femeie echivala, ca și astăzi în anumite zone de la noi, cu înăbușirea propriei voci și sacrificarea pe altarul familiei.

Era o zi de vară, într-o dimineață, când soarele încă nu pătrunsese în cameră. Se prevestea însă o zi frumoasă cu lumină și căldură. Am aprins televizorul și atenția mi-a fost acaparată de o scenă de balet. Am urmărit-o câteva minute, apoi m-am ridicat în picioare, m-am întins pe vârfuri, mi-am întins mâinile grațios ca și când aș fi avut niște aripi și am început să mă învârt în cerc. Atunci am simțit că plumbul de pe aripi s-a topit și a făcut loc unui aer puternic de libertate și mișcare. Nu știu cât m-am înălțat atunci, dar, în orice caz, m-am înălțat deasupra iadului cotidian.

2. Idolul ascuns – Dincolo de nori

După câțiva ani, tot într-o zi de vară, mă aflu în camera alăturată celei în care am performat dansul "davidic". Era o cameră fără ferestre unde lumina pătrundea doar pe ușă. Stăteam pe burtă întinsă pe covor, sprijinită în coate și ținând în mână o ceașcă cu zahăr ars pe care îl savuram încet. Sub privirea mea era o carte. Se numea "Vestea cea bună".

Nu-mi amintesc detalii concrete, dar personajul principal, Isus, m-a fascinat complet. Părea să fie un "Om pe sufletul meu". Pe lângă că făcea minuni, vorbea și despre o "Împărăție". Imaginația a început să-mi zboare. Ce-o fi în această "Împărăție"? Dacă Isus vorbește despre iubire și este un Om înțelept care nu-și pierde cumpătul niciodată, înseamnă că, în acea "Împărăție", trebuie să fie infinit mai bine decât în iadul meu cotidian.

Astfel că, am început să mă rog în ascuns în acea cameră întunecată. Rugăciunea mea zilnică suna cam așa: "Doamne, ia-mă la tine în cer, e prea multă suferință pe pământul ăsta". Nu știu cât timp a trecut, dar, într-o zi, mi-a sărit în ochi un titlu mare de ziar: "Viața este un dar de la Dumnezeu". Am avut un șoc pentru că convingerea mea a început să se zdruncine. Cum adică e un dar? Darurile pe care mi le aducea Moș Crăciun era minunate, dar viața nu e așa! Ce fel de dar e ăsta? Cu alte cuvinte, dacă ne-a dat viața în dar suntem obligați să trăim pe pământul ăsta chiar dacă suntem nefericiți? Aripile mele când am ajuns în nori au început să se clatine și am căzut pe pământ.

Părinții mei nu aveau Biblie în casă. Cineva, întâmplător, pe stradă, le-a oferit această carte pe care au pus-o undeva pe un raft. Mi-aș dori să fi păstrat această carte pentru a-mi aminti mai viu trăirile de atunci, însă, după câțiva ani, după ce am devenit creștină ortodoxă și am aflat că era o Biblie neoprotestantă, i-am dat foc. Așa am înțeles eu religia atunci.

Fascinația pentru Isus a rămas însă pe parcursul anilor chiar dacă am schimbat confesiunile sau m-am îndepărtat radical de creștinism pe care l-am înțeles greșit ani de zile. A rămas modelul de om pe care mi-am dorit dintotdeauna să-l întâlnesc: misterios, înțelept, blând, curajos, plin de compasiune chiar și pentru cei mai nenorociți oameni. Așteptarea unei minuni a rămas depozitată adânc în subconștient.

3. Melancolie – Visele prind aripi

În noapte

*Când asfințitul se coboară
Și bezna mă-nvăluie toată,
Când luna-n boltă se strecoară
În suflet durerea-mi înnoată.*

*Când stele-apar fermecate
Și dau un mister nepătruns,
Când gându-mi e-n vis cu palate
Mi-e inima plină de plâns.*

*Când marea de foc și cristale
Se-așterne tăcută, cu farmec,
Când gându e-n-nalte palate
Încep depărtarea s-adulmec.*

*Când îngerii-ncet se coboară
În noaptea cu stele albastră,
Când visele totu-nfășoară
Eu stau lăcrimând la fereastră.*

Când sufletu-mi tainic se-ntreabă

De ce i-a fost dat să existe

Când nimeni nu-i să-l înțeleagă

Se-aștern în ochi lacrimi triste.

Este una dintre poeziile pe care le-am compus în pragul adolescenței, pe la 14-15 ani. Aveam în curtea casei un nuc bătrân în care fratele meu construisese încă din copilărie niște băncuțe pe care stăteam și citeam. Acolo compuneam și poezii privind de sus lumea sau de jos cerul.

Adolescența mea a fost marcată de prima iubire care a răvășit lumea mea interioară cu o paletă de emoții, sentimente și experiențe pe care nu le înțelegeam, dar le trăiam intens. De asemenea, au apărut și alte lucruri noi: o prietenă, reședința forțată la o mătușă, viața de liceu în care literatura era religie, iar matematica ceva dintr-o galaxie de nepătruns.

În primul an de liceu am primit o recunoaștere pentru poeziile mele. S-a întâmplat la balul bobocilor la care eu nu am participat fiind ocupată cu ”călătorii” în sfere înalte. După balul bobocilor, profesorul de română a intrat în clasă în timpul orei de chimie, m-a privit amenințător și m-a întrebat: ”Ce-ai făcut, Oana?”. Inima mi-a sărit din piept chiar dacă nu îmi aminteam să fi greșit cu ceva, mai ales față de el. L-am privit cu ochi mari și mirați, iar el a izbucnit în râs. S-a apropiat de mine, mi-a întins câteva cărți și un plic cu bani: răsplata pentru premiul I la concursul de creație.

Prima iubire a fost mai mult o sursă de suferință decât de fericire. Aripile le prindeam mai mult în vis, căci în realitate rareori ne întâlneam fiind sub supravegherea strictă a tatălui meu care refuza să accepte că, la o vârstă atât de fragedă, fata lui și-a găsit alesul inimii. Privind acum în urmă, nu-l condamn. Însă nu regret nici suferința din iubire pentru că ea a dat aripi imaginației și profunzime sufletului.

4. Inocența pierdută – Simț fără rațiune

Neurologul privește în fugă radiografia, se uită la tatăl meu și spune cu dispreț:

- Nu are domne nimic! E drogată!

Vise, aripi, poezie, dans, literatură, iubire, transcendent – capitol închis.

Nevroză, depresie, medicamente, alcool, anturaj, desfrâu, petreceri, revoluție rock, anestezia conștiinței de sine – capitol deschis.

Gelozia îl făcea să-i adreseze reproșuri vulgare mamei mele. Într-o seară, fiind martoră din nou la un astfel de episod, un acces de furie mă cuprinde brusc, sar în picioare, iau un coș de fructe gol și-l arunc în peretele pe care se afla icoana, după care îl înjur pe Dumnezeu și mă întorc cu o privire plină de reproș și ură către tatăl meu.

Surprins de reacția mea, se ridică și mă privește mirat. Instinctiv încep să-l lovesc cu palmele și să-l zăgăresc pe față. Încearcă să mă oprească, dar mă desprind de el și lovesc cu pumnul în geam. După ce cioburile se împrăstie pe podea, observ că începe să îmi curgă sânge din mână. Păstrez cicatricea.

Stăteam lângă casetofon singură în bucătărie în apartamentul unei prietene. Țineam mâinile încrucișate pe masă și capul sprijinit pe ele. Din difuzoare se auzea "Nothing else matters". Plângeam în hohote, dar nu-mi aduc aminte motivul. Pe masă era o sticlă de alcool, dar nu-mi aduc aminte ce. Nu cu mult timp în urmă luasem o pastilă de diazepam.

- Aș vorbi cu un psiholog, spune el.
 - Eu aș vorbi cu un ginecolog. Partida de sex a fost dureroasă, spun eu dezamăgită.
 - Am stări pe care nu le înțeleg, se vaită el.
 - Nici eu nu înțeleg de ce am făcut sex cu tine că nu te iubesc, constat eu cu privirea în gol.
-
- Oana, ce se întâmplă? În primii ani de liceu ai fost una dintre cele mai bune eleve din clasă. Munceai mult, mergeai la olimpiade. Acum nu te mai recunosc, îmi spune

profesoara de română cu o privire îngrijorată. N-am știut ce să-i răspund astfel încât să nu o scandalizez.

Într-o seară, stăteam la o masă într-un bar cu mai multe persoane. Mă întorc către un prieten, care era prieten și cu fratele meu:

- Auzi, nu cumperi o sticlă de Grasă de Cotnari?
- Ba da, îmi spune el amabil.

Aduce sticla de vin, o pune pe masă și îmi toarnă în pahar. Câteva înghițituri și paharul e gol.

- Mai pune-mi, îl rog eu.

Se uită la mine amuzat și-mi umple paharul. Nu trece mult și paharul e din nou gol.

- Mai pune-mi, îi spun eu.

Mă privește îngrijorat, dar nu-mi amintesc dacă a mai pus vin în pahar sau nu. Ce îmi amintesc vag este că am ajuns acasă purtată de brațele fratelui meu. A doua zi n-am ieșit din camera mea.

- Copila mea! Strigă tatăl meu aplecându-se către mine care eram întinsă pe podea lângă un tub de somnifere gol. A doua zi zăceam în pat în semiconștiență după ce medicii de la urgență îmi făcuseră o spălătură stomacală.

”Vrei să dormi și dormi

Nici că-ți imaginezi

Vrei să dormi și dormi

Doar perna ta o vezi...”³

”People are strange

When you’re a stranger

Faces look ugly

When you’re alone...”⁴

³ Iris, *Somn bizar*

⁴ Doors, *People are strange*

"And she's buying a stairway to heaven....".⁵

"If you're leaving, close the door

I'm not expecting people, anymore...

I'm a blind man!

I'm a blind man!

And my world is cold....".⁶

5. Lupul singuratic – de ce își linge rănilile

Filosofie provine din limba greacă din termenii "philo" și "sophia" și înseamnă "iubire de înțelepciune" sau "căutarea adevărului". Dacă "sophia" înseamnă înțelepciune, "zophia" se traduce prin întuneric. În perioada comunismului s-a trecut de la "filosofie" la "fiozofie" ca urmare a influenței slave. Nici că puteau alege mai bine termenul de "filozofie" pentru ce se preda la această materie.

Am ales Facultatea de Filosofie pentru că îmi plăcea cum vorbea profesorul de filosofie din liceu. Avea o cultură vastă și un limbaj elegant și fluent. Având în vedere că ieșeam dintr-o perioadă marcată de "zophia", m-am gândit că nu mi-ar strica să mă apropiu mai mult de "sophia".

În facultate am locuit într-un apartament aflat la kilometrul 0 al orașului. Camera mea era mică: un pat, un birou și o ladă plină cu cărți, cărți care erau împrăștiate și pe jos, pe pat și pe birou. Aveam niște draperii roșii la fereastră, iar vederea era către unul dintre cele mai mari hoteluri din oraș. O colegă care a venit în vizită a tras concluzia că e cameră "boemă" care te invită la visare.

Nu am scăpat de acest obicei de a visa în facultate și am rămas apropiată tot de filologie având în vedere că citeam mai mult literatură decât filosofie. Tendința de a visa mă făcea ca

⁵ Led Zeppelin, *Stairway to Heaven*

⁶ Deep Purple, *Blind Man*

umbra din peștera lui Platon. Credeam că vedeam realitatea, dar adevărul era cu totul altul, mult mai luminos și mai colorat.

Cea mai frumoasă amintire pe care o am din facultate este că am legat o prietenie, cam ciudată, că vorbim rar, dar ea durează până astăzi și din multe puncte de vedere simt că rezonéz cu fosta mea colegă așa cum era în facultate. Dintotdeauna am admirat-o pentru modul în care, în fața adversităților vieții, practică rezistența prin cultură.

Identitatea mea în relație cu ceilalți nu s-a conturat niciodată prea bine. N-am devenit mai înțeleaptă așa cum mi-aș fi dorit. Am rămas ca un lup rănit din cauza orbirii lui care învață să se descurce în pădurea vieții lui singur. Din cauza asta aveam tendința de a vedea mai mult pericolele care mă înconjurau cum erau spre exemplu oamenii rigizi, scorțoși, brutali, vulgari, ipocriți, cu un ego care dădea pe din afară.

Îmi amintesc spre exemplu că la cursul de Filosofia religiilor, materie la care ar fi trebuit să excelez având în vedere aplecarea mea spre religie, am asistat la un spectacol patetic și grotesc definit după valorile mele de atunci. Profesorul s-a apucat să comenteze un text din Vechiul Testament. Poate cel mai greu. Cel în care Dumnezeu îi spune lui Moise: "Eu sunt cel care sunt". Această dezvăluire i s-a părut ridicolă domnului profesor și a stârnit un val de amuzament în sala de curs. Un coleg, creștin devotat, s-a ridicat și a părăsit sala refuzând să participe la o comedie atât de ieftină. Nu l-am urmat, iar acum regret lucrul ăsta.

Abia mai târziu am dobândit o oarecare înțelegere a acestui text greu, pe care respectivul profesor nu l-a înțeles și nu a avut bunul simț să arate măcar un pic de respect creștinilor. L-am înțeles cu ajutorul episcopului Robert Barron care spunea că Dumnezeu este însăși esența de a fi, este existența pură, fundamentul oricărei existențe. O altă interpretare pe care episcopul Barron o dă acestui text este următoarea: răspunsul lui Dumnezeu este unul ironic la adresa lui Moise. Ca și când i-ar fi spus: "Moise, nu mai pune întrebări stupide. Minte voastră limitată n-o să mă poată cuprinde niciodată". Avem în jurul nostru milioane de exemple de oameni care încearcă să-l cuprindă pe Dumnezeu în categorii și definiții, iar demersul lor este eșuat din start.

O lectură din acea perioadă care mi-a venit în minte a fost "Jurnalul fericirii" al lui Steinhardt în care îl compara pe Cristos cu un nobil care nu ne cere niciodată să fim proști. În astfel de situații, însă, noi, ca și creștini, nu suntem chemați să condamnăm, ci să iertăm și să tratăm cu compasiune și răbdare. După cum spunea Silvano Fausti: "Biblia există ca să-ți bați pieptul cu ea, nu să dai la altul în cap".⁷

⁷ O comunitate citește *Evangelia după Luca*

6. Persona – Dincolo de mască

Cu cât îți ascunzi mai mult suferința, cu atât ea strigă mai tare. Nu-mi aduc aminte cine spunea asta, dar îmi aduc aminte că eram în căutarea disperată a unui psihiatru. După absolvirea facultății, nu am știu către ce să mă îndrept, am devenit confuză și o disperare mută a pus stăpânire pe mine. Fără un reper la care să ne raportăm rătăcim prin viață ca simple victime ale întâmplării.

Este o vorbă la români: ”I-ai omului demnitatea, dă-i colacul și lumânarea”. Am rătăcit în lumea virtuală o perioadă căutând oameni ”potrivți” care să mă ajute să ies din întunericul disperării. Dar oamenii pe care i-am întâlnit au crezut că leacul cel mai potrivit pentru o criză de identitate este umilința publică. Așadar, am ajuns în lumina reflectoarelor, iar ”regizorii” mi-au spus să-mi joc rolul, dar eu am refuzat să joc un rol și m-am ascuns sub masca tăcerii ani de zile.

Această tăcere de fapt a fost în realitate un strigăt disperat după autenticitate. Nu am avut niciodată abilitatea de a-mi masca suferința. Am purtat interiorul și pe exterior. Chiar dacă îmi doream o eliberare din închisoarea suferinței, aveam totuși convingerea că nu există leac pentru mine. M-a cuprins acea nemulțumire de sine amară. Nu sunt suficient de frumoasă, nu sunt suficient de deșteaptă, nu am o educație aleasă. Ipocrizie și vanitate. De ce sunt așa și nu sunt altfel?

Altă scenă, undeva la 2000 de kilometri distanță, alți ”regizori”, dar același scenariu în care eu eram actrița principală numită Victima. M-a cuprins înghețul și pe exterior și pe interior. Într-o zi, am descoperit întâmplător o ”oază”. N-aș putea să descriu mai multe detalii din biserica în care am intrat. Ce îmi aduc aminte însă este că stăteam pe bancă cu fața spre altar, iar în stânga mea era o statuie în mărime naturală cu Fecioara Maria. Nu m-am uitat prea atentă, dar am rămas cu senzația foarte puternică că era foarte frumoasă și că era înconjurată de flori.

Dar, cel mai important, deși era o statuie din piatră, ea emana foarte multă căldură. De ce spun asta? Pentru că, brusc, gheața de pe exterior și de pe interior a început să se topească. Am izbucnit în plâns, un plâns cu toată ființa. Am pus la picioarele ei toate necazurile mele și ale strămoșilor mei până la Adam și Eva.

Mama mea vede lucrurile în alb și negru. Așa a fost colțul ei de cer unde a trăit. Eu am trăit dintotdeauna cu senzația că există bucăți de cer unde curcubeul are o paletă largă de culori. Și îmi doresc din tot sufletul să le privesc în toată splendoarea lor și să i le arăt și mamei mele.

În 2014 m-am căsătorit. Soțul meu a văzut dintotdeauna lumea în nuanțe diverse și s-a străduit cu toată ființa lui să mi-o arate și mie. A fost dintotdeauna un om bine ancorat în realitate și cu activitate cerebrală foarte intensă. La asta s-au adăugat bătaile inimii pe care și le-a dorit în sincron cu ale mele. Însă demonul tristeții și al nemulțumirii amare avea încă monopol asupra mea.

Într-o dimineață de toamnă din 2015, m-am ridicat din pat și cu un gest brusc și disperat, am umplut pumnul de somnifere, le-am înghițit și m-am rugat: ”Doamne, dacă mă iubești, mă vei salva”. Și m-a salvat.

Când am deschis ochii am văzut o fetiță cu părul castaniu, cu ochii căprui, mari, speriați și triști în același timp.

- Ce s-a întâmplat? o întreb eu. De ce ești supărată?
- Am făcut un castel de nisip pe plajă, dar părinții mei m-au certat. Spun că mai bine îi ajutam să construiască casa lor din piatră pentru că noi acolo locuim nu într-un castel.
- Nu îți place să locuiești într-o casă de piatră?
- Nu, spune fetița, e frig acolo.
- Dar atunci când afară e iarnă, vânt și frig, nu e totuși mai bine în casa părinților tăi la adăpost?
- Ba da, dar tot mai mult îmi place castelul de nisip de pe plajă, recunoaște fetița cu tristețe.
- Și dacă vine o furtună, iar valurile mării îți doboară castelul, ce faci?
- Mă duc în casa părinților, spune ea tristă.
- De ce crezi că părinții tăi au construit o casă de piatră?
- Tatăl meu spune că a moștenit planul casei de la părinții lui.
- E tot timpul frig acolo?
- Nu chiar. Uneori, când mama face pâine caldă, mă încălzesc. Iar când tata îmi vorbește blând mai vine căldură și de la lumina becului.
- Ce crezi că lipsește din casa părinților tăi ca să fie mai cald?
- Ferestre mari, icoane, pisici, flori, cărți, tablouri...
- Nu crezi că unele dintre aceste lucruri le-ai putea duce chiar tu în casă?
- Nu pot, murmură fetița încet, eu sunt doar un copil.
- De ce îți plac icoanele? O întreb eu.
- Pentru că răspândesc lumină și căldură.
- Oare de ce?

- Nu știu, spune fetița încet, dar am auzit că dacă te apropii de ele, te înconjori și tu de lumină, iar inima se încălzește atât de mult încât ține de cald și celor de lângă tine.
- Te-ai apropiat vreodată de o icoană?
- Da, spune fetița.
- Și ce s-a întâmplat?
- Nu știu prea bine, dar când am ajuns acasă mi s-a părut că e mai cald. Tata m-a întrebat de unde vin și i-am spus că de la biserică. Nu l-am văzut niciodată bucuros, dar atunci chiar a fost. N-am înțeles de ce.

7. Licăriri – Căutări și frământări

Pe canalul TV de muzică clasică ”Mezzo” artiștilor li se pune întrebarea: ”Dacă ar fi să mergi pe o insulă pustie, ce bucată de muzică clasică ai lua cu tine?” M-am gândit și eu la asta. Oare ce bucată muzicală aș lua cu mine pe o insulă pustie? Fără să stau pe gânduri, îmi vine în minte lucrarea lui Bach ”Patimile Sfântului Matei”, dar obligatoriu concertul din 1971 dirijat de Karl Richter. Are atâta profunzime și frumusețe, de parcă Bach ar fi smuls plânsul Tatălui la vederea Fiului răstignit pe Cruce. Aplecarea spre suferință a rămas parfumul meu fidel pe parcursul anilor.

Frigul de decembrie începuse să-mi pătrundă până în oase în timp ce îl așteptam pe părintele C.. La un moment dat începe să ningă. Odată cu ninsoarea, apare și părintele P. care mă întreabă: ”De ce stați aici în frig?”. ”Îl aștept pe părintele C. ”. ”Dar mergeți și așteptați-l în biserică nu stați aici în frig”.

Ajung acasă înghețată și nervoasă, trec pe lângă soțul meu și-l privesc ca și când i-aș spune: ”Nu-mi sta în cale! Sunt plină de nervi!”. Soțul meu mă privește mirat, se așază lângă mine și mă întreabă: ”Ce s-a întâmplat?” Frustrarea mea abia a așteptat să iasă la suprafață: ”Părintele C. m-a lăsat să aștept o jumătate de oră în frig, după care a venit grăbit și a stat ca pe ghimp în timp ce vorbeam. Nici n-am vorbit mai mult de două minute. M-am oprit, mi-a dat rapid dezlegare și m-a expedit. Cum poți să tratezi cu atâta superficialitate problemele sufletești?”. ”Părintele C. este un bun predicator, spune soțul meu, după cum chiar tu spuneai, dar nu este un bun duhovnic. E și el om, Oana, și, ca toți oamenii, nu e perfect”.

Răspunsul lui nu mi-a adus niciun dram de alinare. M-am refugiat în dormitor și am dat drumul lacrimilor de frustrare. M-am oprit la un moment dat și am rămas cu privirea în gol gândindu-mă la căutarea mea febrilă pentru a găsi o călăuză în viața spirituală. Brusc îmi

amintesc că, cu câțiva ani în urmă, am schimbat câteva cuvinte cu părintele P. care mi-a făcut cunoștință cu sora M., iar sora M. mi-a dat numărul de telefon al Părintelui I., călugăr la o mănăstire greco-catolică.

Mănăstirea se află în inima unei păduri unde câinii sălbatici se plimbă în voie. Când intri însă pe poarta mănăstirii, lătratul câinilor devine un ecou distant și te "lovește" din plin un sentiment de liniște și pace. Capela e atât de mică încât abia dacă încap zece oameni. Acest spațiu strâmt are un aer de intimitate care îți dă senzația că poți vorbi cu Dumnezeu ca și cu un prieten. Altarul este păzit de două icoane: una cu Fecioara Maria și Pruncul. Privirea ei e plină de pace și tandrețe. În cealaltă icoană Isus are o privire fixă semn că nu ne scapă din ochi și, în același timp, îți dă senzația că te poate scoate din cel mai adânc hău al iadului.

Eram frământată de multe întrebări legate de Dumnezeu. Îmi doream demult să întâlnesc un duhovnic care să aibă răbdare cu mine, să mă asculte, să-mi dea sfaturi înțelepte, dar Părintele I. a depășit orice așteptări. Am descoperit în el un adevărat prieten al lui Dumnezeu.

- Părinte, îl întreb eu, de ce permite Dumnezeu suferința?
- De ce nu? Spune Părintele I. Eu am încetat să mai îmi pun astfel de întrebări filosofice. Așa cum Cristos și-a purtat Crucea, la fel și noi, suntem chemați să facem același lucru.
- Părinte cum scap de această nemulțumire de sine?
- Repetă după mine următoarea frază spusă de Sfânta Tereza de Lisieux: "Desăvârșirea înseamnă să accepți cu desăvârșire propria nedesăvârșire". Terenul pe care lucrează Dumnezeu nu e unul de zbucium sufletesc, ci terenul cel mai fertil este pacea interioară. Citește-l pe Jacques Philippe și o să înțelegi.

Nu am avut niciodată abilitatea de a asculta de oamenii mai înțelepți decât mine. Am avut un profund sentiment că nimeni nu mă înțelege, nici măcar Dumnezeu și că trebuie să mă descurc singură pentru că numai eu știu ce e cel mai bine pentru mine.

Jacques Philippe: "De multe ori ne agităm și ne lăsăm cuprinși de neliniște, dorindu-ne să rezolvăm totul de unii singuri. Când, de fapt, ar fi mult mai practic să rămânem liniștiți sub privirea lui Dumnezeu și să-l lăsăm pe el să lucreze și să acționeze în noi cu înțelepciunea și puterea lui infinit superioară capacităților noastre."⁸

Cine își imaginează că viața spirituală înseamnă să te uiți cu o privire tâmpă la icoană așteptând să se întâmple minuni fără ca tu să miști un deget, se înșală.

⁸ Jacques Philippe, *Caută pacea și o urmează*

Jacques Philippe: "... viața creștină este o luptă, un război necruțător... Este înfruntarea celui ce se luptă cu conștiința sigură că deja a învins, întrucât Domnul a înviat: "Nu plânge! Iată, a învins leul din tribul lui Iuda" (Ap 5,5). Lupta n-o duce de unul singur, prin propriile-i forțe, ci prin aceea a Domnului care-i zice: "Îți este suficient harul meu, căci puterea mea se arată în slăbiciune" (2Cor 12,9), iar arma sa importantă nu este hotărârea de caracter sau iscusința omenească, ci credința, acea adeziune totală la Cristos".⁹

Gândurile mele: suntem definiți de impulsurile animalice în cea mai mare parte a timpului. Oare Isus nu ne cere imposibilul când spune: "Așadar, fiți desăvârșiți precum Tatăl vostru ceresc este desăvârșit"¹⁰?

Jacques Philippe: "Dar, potrivit Evangheliei, desăvârșit este cel ce iubește mai mult, iar nu atât cel ce se comportă fără cusur. Conduita desăvârșită... acolo unde există mai multă iubire dezinteresată față de Dumnezeu și mai puțină căutare orgolioasă de sine."¹¹

8. Spirit și sens - Cel ce privește răsăritul de soare

„Îți este de ajuns harul meu, căci puterea mea se desăvârșește în slăbiciune” (2 Corinteni 12,9).

Dimineață cenușie și rece la lagărul din Auschwitz. În timp ce erau conduși spre locurile de muncă forțată, deținutul 119.104 îndrăznește să-și îndrepte capul pentru a admira răsăritul de soare care îi evocă chipul soției sale. Mai târziu va spune: "iubirea este scopul ultim și cel mai înalt la care poate aspira omul"¹².

Viktor E. Frankl a fost medic psihiatru și neurolog austriac de origine evreiască. A petrecut trei ani în lagărele de concentrare naziste, și-a pierdut mare parte din familie acolo, iar

⁹ Idem

¹⁰ Biblia Catolică, *Matei 5,48*

¹¹ Jacques Philippe, *Caută pacea și o urmează*

¹² Viktor E. Frankl, *Omul în căutarea sensului*

după ce a fost eliberat le scria membrilor familiei rămași în viață: ”Când mă uit în urmă tot ce pot să fac este să plâng puțin și să citesc din Psalmi”¹³.

Există două categorii de oameni după părerea mea: cei care cad în genunchi sau se înrăiesc din cauza suferinței și, cea de-a doua categorie, cei care se ridică deasupra suferinței și îi dau un sens. Ba, mai mult, cu cât sunt condițiile mai dure, cu atât sunt mai determinați să-și păstreze spiritul liber.

Așa a fost Viktor Frankl, care, citându-l pe Hölderlin, spunea: ”Cel ce pășește peste mizeria lui se înalță”¹⁴. Perioada din lagărele naziste a fost perioada de incubație pentru unul dintre cei mai îndârjiți apărători ai dreptului la viață. După război, a susținut numeroase prelegeri în Germania și în toată lumea militând împotriva ”nihilismului” și al ”vidului existențial” pe care le considera cauzele principale ale suicidului. Este cel care a avut o contribuție importantă la filosofia sensului, iar metoda sa numită ”logoterapie” a fost numită a treia școală vieneză de psihoterapie.

În cartea ”Spune Da vieții orice s-ar întâmpla”, Frankl spune că poți găsi sens în viață dacă pui corect întrebarea. Corect nu este să întrebi: ”Ce mai aștept eu de la viață?”, ci: ”Ce așteaptă viața de la mine?”. În acest context vorbește despre responsabilitate. ”A trăi înseamnă a fi chestionat”, iar tu trebuie să te pregătești lăuntric pentru a răspunde.

Dacă ești conștient și răspunzător nici suferința nici moartea nu te mai pot speria pentru că în fiecare moment există mii de posibilități din care ești liber să alegi pe care să o materializezi. Viața nu ne cere să câștigăm cu orice preț, ci ne cere imperios să nu renunțăm la luptă.

Tocmai pentru că e grea, credea Frankl, viața are sens: ”Suferința este ceva atât de pur omenesc, ceva care ține cumva de viața umană ca atare, încât, în anumite circumstanțe, tocmai a nu suferi poate fi o boală”¹⁵.

Convingerea lui Frankl a găsit sens și în oamenii considerați de societate niște poveri, cum ar fi bolnavii psihici sau bolnavii în stadii terminale. Omul nu are valoare numai prin ceea ce produce, ci prin existența însăși: ”utilitatea pentru societate nu este și nu va fi niciodată

¹³ Viktor Frankl, *Strigătul neauzit după sens*

¹⁴ Viktor Frankl, *Teoria și terapia nevrozelor*

¹⁵ Viktor Frankl, *Spune Da vieții orice s-ar întâmpla*

singura măsură pe care avem dreptul să o aplicăm unei ființe umane... Viața are infinit de mult sens, așa încât trebuie să existe un sens chiar și în suferință și eșec”¹⁶.

9. Spirit și sens - Cum să aduci lumina din vis în realitate

Conform logoterapiei lui Frankl, copilul cu aripi de plumb, trăind într-un mediu predominant ostil, a suferit niște traume. Acest mediu ostil nu a fost exclusiv alegerea părinților, ci așa l-au moștenit și ei de la părinții lor și, tot așa, până la Adam și Eva. Dar, acest copil avea aripi, chiar dacă îngreunate de plumb. Totuși, de unde vin aceste aripi? De unde puterea spiritului de a se ridica deasupra materiei? De ce permite Dumnezeu suferința, mai ales la copii, nu știm. Ce știm însă, încă de la Isaia, este următorul lucru: ”Oare poate o femeie să-și uite copilul de la sân, să n-aibă milă de fiul pântecelui ei? Chiar dacă ea l-ar uita, eu nu te voi uita. Iată, te-am săpat pe palmele mele, zidurile tale sunt pururi înaintea mea”¹⁷. Suntem însemnați în însăși Ființa lui Dumnezeu.

În logoterapie, copilul care se confruntă cu imaginea autorității restrictive și impunătoare va simți un blocaj în a-și accesa propriul sine și, ca urmare, va crea o lume în alb și negru. Însă Dumnezeu a creat o paletă largă de culori. După cum spunea psalmistul: ”Îl voi lăuda pe Domnul, pentru că m-a coplesit cu daruri!”¹⁸. Ce sunt aceste daruri în culori vii? Aceste daruri sunt ceea ce pune Dumnezeu în noi pentru a ne ridica deasupra iadului cotidian: spiritul liber și căutarea de sens în acea ”Împărăție” descoperită în semiîntunericul din camera fără ferestre.

Melancolia este descrisă de logoterapie ca un ”vid existențial” sau o paralizie a ”voinței de sens”. Este resimțită ca o pierdere, care de fapt este o pierdere sensului realității. Astfel că, neavând pârghii în realitate, copilul se refugiază în imaginație. Suferința din iubire și tristețea de neconsolat au creat profunzime și au aprins un dor nu numai după prima iubire, ci și față de infinit, adică față de Dumnezeu.

Experiențele din Inocența pierdută sunt interpretate de logoterapie ca încercări de a umple golul interior prin „voința de plăcere” (anestezia conștiinței). Este fuga de durere care

¹⁶ Viktor Frankl, *Spune Da vieții orice s-ar întâmpla*

¹⁷ *Isaia 49, 15-16*, Biblia catolică

¹⁸ *Ps 13,6*, Biblia catolică

duce la pierderea busolei interioare. A fost "noaptea neagră" a spiritului. Maria Magdalena a rătăcit mult până să ajungă la picioarele lui Isus, dar prin această rătăcire și-a pregătit sufletul pentru o iubire și mai mare și o iertare totală.

Lupul singuratic se auto-distanțează de trecutul dureros, își linge rănilor ca să se vindece și învață să privească propria durere cu onestitate. Dacă cuvintele filosofiei au eșuat în a mă consola, ele m-au condus totuși la Cuvântul care este esența existenței. Un text fundamental pentru înțelegerea Cuvântului creator și dătător de sens al lui Dumnezeu se află în Evanghelia după Ioan (1,1-5.14): „La început era Cuvântul și Cuvântul era la Dumnezeu și Dumnezeu era Cuvântul. El era la început la Dumnezeu. Toate prin El s-au făcut; și fără El nimic nu s-a făcut din ce s-a făcut. Întru El era viață și viața era lumina oamenilor. Și lumina luminează în întuneric și întunericul nu a cuprins-o... Și Cuvântul S-a făcut trup și S-a sălășluit între noi și am văzut slava Lui.”

Conflictul dintre identitatea socială (masca, "persona") și sinele autentic poate duce la o criză atât de profundă încât resursele interioare scad, iar sinuciderea pare singura soluție pentru eliberare. Logoterapia privește tentativa de suicid ca un strigăt ultim pentru sens sau un salt în gol care forțează spiritul să aleagă viața. Însă când resursele umane se termină intervine Harul lui Dumnezeu care a învins moartea cu puterea iubirii.

Licăririle sau făcliile aprinse de spirit au creat un proces de maturizare spirituală. Victor Frankl considera că nu trebuie să fii perfect pentru a avea sens. La fel ca Sfânta Tereza de Lisieux despre care îmi vorbea Părintele I.: "Desăvârșirea înseamnă să accepți cu desăvârșire propria nedesăvârșire". Pacea descoperită în colțul de rai al mănăstirii a fost balsamul peste rănilor copilului cu aripi de plumb, copilului care visa la o "Împărăție" pentru a scăpa de iadul cotidian, melancolice care evada din realitate prin poezie, adolescenței "anesteziate", lupului singuratic, victimei sinucigașe și femeii obosite de căutări și frământări.

"V-am spus acestea pentru ca în mine să aveți pace. În lume veți avea suferințe, dar curaj: eu am învins lumea!". (Ioan, 16,33).