

AMALIA M. PETROVICI

## SENSUL VIETII. RĂSPUNSURILE PSIHOLOGIEI ȘI ALE RELIGIEI PENTRU O VIAȚĂ CU SENS

Amalia M. Petrovici

SENSUL VIETII. RĂSPUNSURILE PSIHOLOGIEI ȘI ALE RELIGIEI  
PENTRU O VIAȚĂ CU SENS

Copyright © Amalia M. Petrovici

Copyright © TRITONIC 2021 pentru ediția prezentă.

Toate drepturile rezervate, inclusiv dreptul de a reproduce fragmente din carte.

TRITONIC

Str. Coacăzilor nr. 5, București

e-mail: editura@tritonice.ro

www.tritonice.ro

Tritonice București apare la poziția 18 în lista cu Edituri de prestigiu  
recunoscut în domeniul științelor sociale (lista A2) (CNATDCU):

[http://www.cnatdcu.ro/wp-content/uploads/2011/11/A2\\_Panel41.xls](http://www.cnatdcu.ro/wp-content/uploads/2011/11/A2_Panel41.xls)

Colecția: Psihologie.

ISBN 978-606-749-532-4

Coperta: Alexandra Bardan

DTP: Ioan Dorel Radu

Editor: Rebeca Cojocaru

Comanda nr. PSI01/2021

Bun de tipar: ianuarie 2021

Tipărit în România

Orice reproducere, totală sau parțială, a acestei lucrări, fără acordul scris al editorului, este strict interzisă și se pedepsește conform Legii dreptului de autor.



**TRITONIC**

**Tritonic Books**

**București – 2021**

## CUPRINS

### În loc de introducere:

<b>JUSTIFICĂRI NECESARE</b> .....	11
1. Despre nevoia de a găsi propriul sens al vieții .....	11
2. Despre oportunitatea demersului analitic.....	14
3. Despre structura cercetării .....	16

### Capitolul 1

<b>Sensul vieții. Răspunsurile psihologiei</b> .....	21
1.1. De la cadrul psihologic al adâncurilor la cadrul psihologic al înălțimilor.....	21
1.1.1. Sigmund Freud. Voința de plăcere.....	22
1.1.2. Alfred Adler. Voința de putere.....	26
1.1.3. Viktor Frankl. Voința de sens.....	30
1.2. Logoterapia .....	32
1.2.1. Concepte ale psihologiei frankliene.....	35
1.2.1.1. Sensul vieții .....	35
1.2.1.2. Voința de sens.....	39
1.2.1.3. Libertatea voinței.....	40
1.2.2. Terapia centrată pe sens.....	42
1.2.2.1. Vidul existențial .....	43
1.2.2.2. Nevrozele noogene.....	44
1.2.2.3. Optimismul tragic. Ce ar trebui să înțelegem prin optimism tragic? .....	45

1.3. Fundamente de bază ale logoterapiei.....	48
1.3.1. Cultivarea valorilor care dau sens vieții.....	48
1.3.2. În căutarea sensului vieții.....	52
1.4. Aprecieri generale.....	59

## Capitolul 2

<b>Sensul vieții. Răspunsurile religiei</b> .....	63
2.1. Cristoterapia.....	63
2.1.1. Calea către Cristos.....	66
2.1.1.1. Schimbarea la față.....	71
2.1.1.2. Viața duhovnicească.....	76
2.1.1.3. Iubirea față de aproapele.....	80
2.1.2. Terapia prin Cristos.....	87
2.1.2.1. Tămăduirea minții.....	87
2.1.2.2. Tămăduirea sufletului.....	100
2.1.2.3. Tămăduirea trupului.....	106
2.2. Fundamente de bază ale Cristoterapiei.....	117
2.2.1. Cultivarea virtuților care dau sens vieții.....	118
2.2.2. În căutarea sensului suprem al vieții.....	135
2.3. Aprecieri generale.....	145

## Capitolul 3

<b>Sensul vieții: Valențe terapeutice</b> .....	149
3.1. O analiză centrată pe sens.....	149
3.1.1. Analiza existențială.....	149
3.1.2. Ce (anume) dă valoare vieții?.....	161
3.1.3. Sens cu sens.....	166
3.2. Valențe terapeutice.....	169
3.2.1. Impactul psihologiei asupra sănătății și stării de bine.....	169
3.2.2. Impactul religiei asupra sănătății și stării de bine.....	176
3.2.3. Cultivarea unui stil de viață sanogen.....	182
3.3. Aprecieri generale.....	192

<b>În loc de concluzii</b>	
<b>Pledoarie pentru căutarea propriului sens al vieții</b> .....	199

<b>MULȚUMIRI</b> .....	203
------------------------	-----

<b>BIBLIOGRAFIE</b> .....	205
---------------------------	-----

Izvoare biblice și patristice.....	205
Cărți/ Lucrări de specialitate.....	212
Studii și Articole.....	221
Surse electronice.....	224

## CAPITOLUL 1 SENSUL VIEȚII. RĂSPUNSURILE PSIHOLOGIEI

### 1.1. De la cadrul psihologic al adâncurilor la cadrul psihologic al înălțimilor

Cine ar putea aborda un astfel de subiect de importanță majoră fără să pornească de la psihanaliză și psihologie individuală, ca sisteme de referință pentru zona existențială, dar și psihoterapeutică? În viziunea asumată, dezvoltarea granițelor nu se poate face fără a accesa principiile de bază care fundamentează un astfel de demers, de pe o poziție umilă care recunoaște meritele – atât ale psihanalizei (Sigmund Freud), *un concept care ne dă întâlnire cu abisul din noi*, cât și ale psihologiei individuale (Alfred Adler), *un concept care ne incită la cunoașterea și dezvoltarea personalității* – dar și de pe o poziție plină de speranță, care valorifică din plin oportunitatea conferită dinspre voință spre sens, (a)creditând, astfel, ideea că „un pitic care stă pe umerii unui uriaș ar putea să vadă la un moment dat mai departe și mai bine decât uriașul însuși”<sup>12</sup>.

<sup>12</sup> The Stekel – Freud Correspondance, [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-0-387-32700-6\\_9](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-0-387-32700-6_9), data accesării: 14.05.2020.

## Respect 1.1.1. Sigmund Freud. Voința de plăcere

Sigmund Freud (Sigismund Schlomo Freud) – medic neuropsihiatru – s-a născut în 1856 într-o familie de evrei din Freiberg. A studiat medicina la Universitatea din Viena și, ulterior, a predat în cadrul aceleiași instituții unde și-a consacrat cercetările în domeniul neuropatologiei. Freud este fondatorul psihanalizei – o teorie despre psihicul uman, metodă terapeutică pentru suferințele sale și un mod de interpretare a culturii și a societății.

Psihanaliza rămâne un concept greu de definit datorită profunzimii abisale la care operează, a capacității sale revelatoare care continuă să fascineze și în ziua de astăzi. A răspunde la întrebarea *Ce este psihanaliza?* necesită o explorare profundă a inconștientului întrucât își întemeiază „punctele de vedere” pe existența acestuia. Freud compară *prestația esențială a psihanalizei cu asanarea golfului Zuiderzee*:

„la fel ca oriunde inițial era apă, care s-a prefăcut apoi în pământ roditor, tot astfel și în și prin psihanaliză – acolo unde este <Sine>, va trebui să fie <Eu>, adică în locul inconștientului trebuie să treacă conștientul; ceea ce este inconștient trebuie să devină conștient, anulându-se refulările. Prin urmare, psihanaliza urmărește să anuleze rezultatul actelor de refulare ca procese prin care conținuturile conștiinței (anumite imagini, dorințe, idei etc.) sunt respinse din domeniul conștientului în subconștient sau inconștient”<sup>13</sup>.

Freud – părintele psihanalizei – a descris inițial aparatul psihic „în termeni de *conștient, preconștient și inconștient (modelul topografic)*”<sup>14</sup>. Conștientul definește toate senza-

<sup>13</sup> Viktor E. FRANKL, *Doctorul și sufletul. Bazele logoterapiei și analizei existențiale*, Editura Meteor Press, București, 2019, pp.21–22.

<sup>14</sup> Robert S. EWEN, *An Introduction to Theories of Personalities*, Sixth Edition, Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers, Mahwah,

țiile și experiențele „palpabile”, care pot fi simțite și accesate în orice moment. Preconștientul este un fel de depozit al amintirilor și gândurilor noastre, care pot fi selectate și rememorate dacă ne focalizăm atenția asupra lor. Inconștientul desemnează partea nevăzută care încorporează instinctele, pulsunile sau dorințele. Ulterior, modelul topografic a fost revizuit de Freud care a observat că pacienții săi au fost implicați deseori în represie fără a fi conștienți de acest lucru, fapt care l-a determinat să concluzioneze că „tot ceea ce este reprimat este inconștient, dar nu tot ceea ce este inconștient este reprimat”<sup>15</sup>.

*Modelul structural* definește personalitatea prin trei concepte de bază: *id, ego, superego* (Freud, 1923/1962). *Id-ul* (sinele) reprezintă „partea întunecată, inaccesibilă a personalității noastre... un cazan plin de excitații” care „găzduiește” toate instinctele biologice ce trebuie satisfăcute pentru a obține plăcerea. Prin comparație cu *Id, ego* este „structurat, organizat și posedă un caracter sintetic, rațional, pe care *Id-ul* nu-l are”. *Id* operează conform principiului plăcerii (the *pleasure principle*), în timp ce *ego* este motivat de principiul realității (the *reality principle*)<sup>16</sup>. *Superego-ul* funcționează în acord cu principiul moralității și ne motivează să ne comportăm într-un mod responsabil și acceptabil din punct de vedere moral. *Id-ul* caută satisfacerea impulsurilor, *ego-ul* încearcă temperarea acestora, în timp ce *superego-ul* impune perfecțiunea morală, fără compromisuri.

Cele trei componente ale personalității – *superego, id, ego* și lupta pentru supremație între un *superego* moralizator,

New Jersey, 2003, p.17.

<sup>15</sup> Robert S. EWEN, *An Introduction to Theories of Personalities*, p.18.

<sup>16</sup> Simon BOAG, *Metapsychology and the foundations of psychoanalysis: attachment, neuropsychology and integration*, Routledge, New Work, 2017, pp.108–109.

Resid-ul orientat spre plăcere și un ego rațional sunt transpuse sugestiv printr-o metaforă în care omul este un câmp de luptă: „o pivniță întunecată în care o fată bătrână bine educată și o maimuță înnebunită după sex sunt antrenate într-o luptă pe viață și pe moarte, lupta fiind arbitrată de un funcționar de bancă destul de nervos”<sup>17</sup>. „Prins la mijloc”, ego-ul este amenințat de trei pericole care pun presiune asupra lui: id, realitate și superego<sup>18</sup>. Când ego-ul este prea sever, rezultatul inevitabil al acestei fricțiuni dintre ego și id este nevroza, „caz în care individul este în război cu sine însuși”, respectiv psihoza, o perturbare similară dintre ego și lumea exterioară<sup>19</sup>.

Pilonii de bază ai teoriei psihanalitice au ca fundamente procesele psihice inconștiente – cele trei instanțe ale personalității divizate în sine-eu-supraeu, teoria rezistenței și a refulării, teoria libidoului și a complexului lui Oedip<sup>20</sup>. Conflictele între *principiul plăcerii* și *principiul realității* tind să explice opririle, blocajele, ceea ce va denumi într-un limbaj mai tehnic frustrarea și refularea. Importanța acordată complexului lui Oedip evoluează și se ancorează în interacțiunile precoce ale copilului mic cu mama/tata<sup>21</sup>. Freud consideră acest concept deosebit de important întrucât

<sup>17</sup> Don BANNISTER, 1996, apud Paul THOMPSON, and David McHUGH, *Work Organisations. A Critical Approach*, Fourth Edition, Palgrave MacMillan, New York, 2009, p. 200.

<sup>18</sup> Duane P. SCHULTZ, and Sydney Ellen SCHULTZ, *Theory of Personality* (Ninth Edition), Wadsworth, Cengage Learning, Belmont, CA, 2009, p.59.

<sup>19</sup> D. N. SHETH, M. R. BHAGWATE, and N. SHARMA, „Curious clicks – Sigmund Freud”, *Journal of Postgraduate Medicine*, 51(3), (2005), pp.240-241.

<sup>20</sup> Sigmund FREUD, *Despre psihanaliză*, Editura Trei, București, 2014, p.112.

<sup>21</sup> Adolfo FERNANDEZ – ZOILA, *Freud și psihanalizele*, Editura Humanitas, București, 1996, pp.16-18.

„a devenit tot mai clar că relația emoțională complicată a copiilor cu părinții lor – care este cunoscută sub numele de complex oedipian – a reprezentat sursa tuturor cazurilor de nevroză”<sup>22</sup>.

*Dincolo de principiul plăcerii*<sup>23</sup> care îmbogățește teoria psihanalitică prin introducerea unui „dincolo” în instinctul de moarte, *Studii(le) despre isterie*<sup>24</sup> întâmpină numeroase critici. Pentru a se face mai bine înțeles, Freud caută să o definească<sup>25</sup> printr-o metaforă extrem de sugestivă:

„Isteria este o emanație a ceea ce eu numesc inconștient... Eu sunt o casă. E întuneric în mine, conștiința mea e o lumină singuratică. O lumânare în bătaia vântului. Tremură... ba aici... ba dincolo..., restul e în umbră. Restul e în inconștient... dar există. Sunt celelalte încăperi: firide, holuri, scări, uși... în fiecare moment. Și tot ce trăiește și se mișcă în mine... se găsește acolo. Funcționează și trăiește... în casa care sunt Eu. Instinct, eros, tabuuri. Gânduri interzise. Dorințe interzise. Amintiri pe care nu vrem să le scoatem la lumină, pe care le-am ascuns... dansează în jurul nostru, în întuneric. Ne torturează și ne înghiontesc. Ne bântuie și șoptesc. Ne sperie. Ne fac greață. Ne fac isterici”<sup>26</sup>.

Referindu-se la criticile îndreptate împotriva teoriei sale psihanalitice, Freud spune că „nimeni care disprețuiește cheia nu va putea să deblocheze ușa”.

<sup>22</sup> Sigmund FREUD, „A Short Account of Psychoanalysis” (1923), în J. STRACHEY (ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, vol. XIX, Vintage, London, 2001, pp. 190-209.

<sup>23</sup> Sigmund FREUD, *Dincolo de principiul plăcerii*, Editura Jurnalul Literar, București, 1992.

<sup>24</sup> Sigmund FREUD, *Studii despre isterie*, Editura Trei, București, 2014.

<sup>25</sup> În definiția isteriei, procesele afective ocupă primul loc.

<sup>26</sup> Sigmund FREUD, *Introducere în psihanaliză. Prelegeri de psihanaliză. Psihopatologia vieții cotidiene*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1990, pp. 367 – 395.

## Respect 1.1.2. Alfred Adler. Voința de putere

Alfred Adler s-a născut în 1870 la Viena unde a absolvit Facultatea de Medicină. El este cofondatorul mișcării psihanalitice și întemeietorul școlii de psihologie individuală, a doua școală vieneză de psihoterapie după psihanaliza lui Sigmund Freud. Deși a fost „tovarăș de drum” al lui Freud, psihologia adleriană – modelul neofreudian – se distanțează de psihanaliză, motiv pentru care ea poate fi considerată mai degrabă o parapsihanaliză, având în vedere concepția sa care privește conștientul și inconștientul ca fiind o singură entitate, iar individul ca întreg.

Așa cum descoperirea lui Freud despre *complexul lui Oedip* a fost pusă pe seama faptului că el însuși a avut o mamă mai tânără cu douăzeci de ani decât tatăl său și a crescut într-o familie în care el era unchi al unor persoane mai în vârstă decât el – copiii unora dintre frații săi vitregi, tot așa și descoperirea lui Adler referitoare la inferioritatea constituțională a unor organe, care dezvoltă în suprastructura psihică *un sentiment de inferioritate* – stimulent al luptei pentru obținerea superiorității, a fost asociată cu constituția firavă, rahitică, a autorului, care și-a fixat încă din copilărie gândul de a se face medic pentru *a lupta contra morții*. Compensările sale ambițioase au fost declanșate nu numai de <inferioritățile> condiției sale fizice, ci și de obligativitatea impusă de tatăl său de a repeta clasa, care l-a ambiționat să devină cel mai bun matematician<sup>27</sup>.

Teoria sa asupra „sentimentului de inferioritate” și „a (supra)compensării” subsecvente a reprezentat fundamentul psihologiei individuale pe care a susținut-o în cadrul cercetărilor sale. Adler și-a întemeiat doctrina pe concepția lui Nietzsche de la care a preluat „voința de putere”, adap-

<sup>27</sup> Cf. Leonard GAVRILIU, Studiu introductiv la Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, Editura Iri, București, 1996, pp.8–9.

tând-o la propria sa teorie a căutării superiorității și „a protestului viril caracteristic femeilor care nu-și acceptă condiția de inferioritate, nici sub raport biologic, nici sub raport social”, concluzionând că „voința de putere și voința de a se face remarcat a lui Nietzsche exprimă în fond același lucru ca și concepția noastră”<sup>28</sup>.

În viziunea adleriană, psihologia individuală caută să obțină „o aprofundare a cunoașterii omului”, raportându-se în același timp atât la individul în sine, cât și la relația sa cu comunitatea<sup>29</sup>. Adler ține să atenționeze asupra faptului că această cunoaștere a omului

„comportă o latură la fel de importantă, reprezentată de aspectul social. Este neîndoielnic faptul că oamenii s-ar comporta mai bine unii față de alții, că ei s-ar apropia mai mult dacă s-ar înțelege mai bine unii pe alții, căci această posibilitate de inducere în eroare constituie un pericol imens pentru societate. Acest pericol trebuie să-l demonstrăm noi colaboratorilor noștri, pe care vrem să-i inițiem într-ale vieții. Ei trebuie să devină capabili să recunoască tot ce este *inconștient* în viață, toate deghizările, disimulările, șiretlicurile și perfidiile pentru a-i putea atenționa pe cei pândiți de asemenea pericole și pentru a le veni în ajutor. Numai cunoașterea omului, *conștient* practică, ne va sprijini în acest sens”<sup>30</sup>.

Conceptele fundamentale ale psihologiei individuale – sentimentul de inferioritate/superioritate și complexul de inferioritate/superioritate – sunt „cu adevărat fundamentale pentru doctrina adleriană, pentru care a fi om înseamnă a avea un sentiment de inferioritate, care cere o compensare

<sup>28</sup> Cf. Leonard GAVRILIU, Studiu introductiv la Alfred Adler, p.10.

<sup>29</sup> Madelaine GANZ, *La psychologie d'Alfred Adler et le développement de l'enfant*, Delachaux et Niestlé, Neuchâtel, 1936, p. 11.

<sup>30</sup> Cf. Leonard GAVRILIU, Studiu introductiv la Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, Editura Iri, București, 1996, pp.14–15.

permanentă, legea vieții reprezentând triumful asupra dificultăților<sup>31</sup>. Sentimentul de inferioritate domină viața psihică și se lasă observat în aspectele dificile ale vieții – griji, neîmpliniri, nemulțumiri, năzuințe, decepții, presiuni sociale – prin afecte și dispoziții cunoscute, cum sunt teama, mânia, disperarea, rușinea, jena, dezgustul ș.a., ce reflectă starea de insecuritate și inferioritate „spre a întări pornirea spre fugă”<sup>32</sup>.

Manifestarea repetată a sentimentului de inferioritate, explicabil prin marile curențe ale sentimentului de comuniune socială, favorizează apariția complexului de inferioritate. Dezvoltarea psihică a omului se datorează luptei exercitată la nivel inconștient între tendința negativă – sentimentul de inferioritate și tendința pozitivă – sentimentul de superioritate, orientată înspre compensare<sup>33</sup>.

Adler consideră că unele explozii emoționale precum mânia, setea de răzbunare, râsul zgomotos, incapacitatea de a asculta sau de a-l privi pe celălalt, devierea unei conversații asupra propriei persoane relevă foarte frecvent un sentiment de inferioritate mascat care evoluează spre un complex de superioritate și care devine vizibil prin atitudine, trăsături de caracter, opinii personale despre propriile capacități, dar și în pretențiile exagerate despre sine și despre ceilalți. Adler admite posibilitatea ca „aceste mărunte trăsături de caracter, abia camuflete, să ne facă să îndreptăm reflectorul psihologiei individuale asupra erorilor comise în fața marilor probleme ale vieții, spre a le înțelege și explica”<sup>34</sup>.

<sup>31</sup> Cf. Leonard GAVRILIU, Studiu introductiv la Alfred Adler, p.16.

<sup>32</sup> Alfred ADLER, *Sensul vieții*, Editura Iri, București, 1995, p. 59.

<sup>33</sup> Concepția adleriană alocă o importanță majoră compensării, care joacă același rol pe care îl avea refularea la Freud. Prin absolutizarea acestui mecanism, Adler comite aceeași eroare, ca și Freud.

<sup>34</sup> Alfred ADLER, *Sensul vieții*, Editura Iri, București, 1995, pp.66–67.

De altfel, concepția adleriană este bazată pe o teleologie immanentă potrivit căreia „viața psihică a omului este determinată de un scop și niciun om nu poate gândi, simți, voi sau chiar visa, fără ca toate acestea să fie condiționate, dirijate de un scop care îi stă în față”<sup>35</sup>. Tot ceea ce întreprinde un individ, o face pentru a atinge un scop pe care și-l stabilește el însuși, în mod conștient sau inconștient<sup>36</sup>.

Individul care își stabilește ca scop un *ideal de personalitate* – ceea ce nu este altceva decât un complement al dorinței de superioritate – este animat de voința de putere, ca factor motivator și expresie a perfecțiunii. Comentând acest aspect, Frankl este de părere că una dintre formele pe care le îmbracă *voința de putere* este voința de bani care funcționează ca un substitut pentru vidul existențial. Când voința de bani preia comanda, „banii încetează să mai servească unui scop mai înalt”, devenind ei înșiși un scop în sine.

Argumentul pe care Frankl îl invocă în apărarea poziției sale este că

„mulți dintre acei oameni care îi au sunt *posedați* de aceștia, obsedați de imboldul de a-i multiplica ceea ce anulează tocmai sensul banilor. Pentru că, în mod normal, a avea bani înseamnă a fi într-o poziție privilegiată. Aceasta îți permite să nu dai nicio atenție banilor, care reprezintă mijlocul, ci mai degrabă să urmărești scopurile în sine – acele scopuri pe care banii ar trebui să le deservească”<sup>37</sup>.

Și astfel, omul ajunge tributar banului sau iubirii de arginți. Frustrarea existențială se relevă în toată splendoarea

<sup>35</sup> Cf. Leonard GAVRILIU, Studiu introductiv la Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, Editura Iri, București, 1996, p.26.

<sup>36</sup> Madelaine GANZ, *La psychologie d'Alfred Adler et le développement de l'enfant*, Delachaux et Niestlé, Neuchâtel, 1936, p. 12.

<sup>37</sup> Viktor E. FRANKL, *Voința de sens: fundamente și aplicații ale logoterapiei*, Editura Trei, București, p. 111.