

De la filosoful grec Aristotel ne-a rămas cunoașterea faptului că orice virtute și calitate sufletească și, cu aceasta, dobândirea sănătății trupesti și sufletești, se situează întotdeauna la mijloc, între două extreme și că echilibrul trebuie creat și plăsmuit în permanență de către om, în mod activ. În era stresului, a sindromului burn-out (epuizare), respectiv bore-out (mor de plictiseală – de la englezul „boredom“ = plictis), nervozitate, dar și gol lăuntric, dependență de droguri și altele, industria divertismentului și distracțiilor, noi avem de-a face cu o stare de plictis care se răspândește cu o repeziciune epidemică și pe care nu degeaba o caracterizăm prin atributul „de moarte“, cu o problemă de medicină și pedagogie care trebuie luată foarte în serios. Starea de echilibru sănătos, pe care trebuie să ne străduim, în viața cotidiană, s-o realizăm clipă de clipă, înseamnă răgaz – perioade de timp pline de conținut intercalate, de noi înșine, sesizarea clipei prezente și, implicit, facultatea Eului nostru de a dispune în mod liber de stările noastre trupesc-sufletești și sociale.

Dezvoltarea și răspândirea epidemică a fenomenelor de nervozitate (numite la început „boala americană“), care rezultă din grabă și plictis (desemnat în limba franceză drept „ennui“ și definit

Cuprins

| | |
|---|-----|
| În loc de Cuvânt înainte | 11 |
| Introducere | 17 |
| Pripeală și plictis | 27 |
| Gânduri despre gândire | 41 |
| Neliniște, goană permanentă, disperare sau: Păi, eu așa sunt... .. | 51 |
| Accelerarea | 63 |
| Timpul și arta de a trăi | 73 |
| Plictis de moarte și plictis creator | 99 |
| Monolog interior despre esențial și neesențial | 131 |
| Despre însănătoșirea sufletului..... | 145 |
| Gânduri despre sensul vieții..... | 157 |
| În loc de postfață | 167 |
| Note | 173 |
| Bibliografie recomandată..... | 183 |

drept „gol interior“), și-au început marșul triumfal deja în prima treime a secolului al XIX-lea, odată cu industrializarea crescândă, care, datorită mașinii cu aburi și transporturilor feroviare, precum și electrificării ce s-a răspândit rapid, a accelerat timpul, l-a emancipat pe om de ritmul natural, a făcut ca noaptea să devină zi, iar sufletul omului a pierdut din ce în ce mai mult acordul dintre ritmurile sale proprii și derulările de timp exterioare automatizate, care au început atunci. Aventurierul englez Paul Brunton relatează o convorbire avută de el la începutul anilor '30 ai secolului trecut cu un yoghin foarte bătrân din India, care i-a spus: „Numai când învățații din Occident vor înceta să inventeze vehicule și mai rapide decât cele existente deja, dăruindu-se sarcinii de a privi în ei înșiși, doar atunci oamenii de la voi vor avea parte de puțină fericire adevărată. Sau credeți cumva că posibilitatea de a ajunge tot mai repede undeva vă face fericiți?“⁹

Procesul de „pierdere a echilibrului“ – o scindare între gândire, simțire și voință – a început, el fiind descris în literatura psihologică drept sărăcire și distrugere a forțelor de sentiment și răspândindu-se la proporții epidemice sub forma bolilor epocii, cum sunt îmbolnăvirile de inimă și ale circulației sângelui, tulburările de somn și alte tulburări ale ritmurilor.

Nu degeaba se aude azi într-o măsură crescândă chemarea la contemplație, la „dezaccelerare“ (de altfel, non-cuvântul anului 2007), la încetarea goanei după bunurile de consum și la o modelare creativă a timpului liber.

Dar, pentru contemporanul modern, ca urmare a condițiilor accelerate de muncă și culturalizare (gândiți-vă numai la „bacalaureatul turbo“) și a crizei de timp în permanentă creștere, o contemplație autentică și momentele de răgaz au devenit o raritate și ele, amenințat de pericolul ca viața lui să fie dirijată tot mai mult din exterior și ca unele lucruri din el și din jurul său să devină independente. Propriu-zis, toate fenomenele de nervozitate, ca, de exemplu, incoerența gândurilor, pierderea memoriei, slaba putere de concentrare, problemele psihosomatice, dar și zvâcnirea involuntară a membrelor sau a mușchilor pot fi înțelese drept simptome ale faptului că Eul nostru și-a pierdut stăpânirea asupra sufletului și a trupului, ceea ce duce la apariția unor automatisme diverse, care devin independente. Omul modern, așa cum a descris Goethe în mod atât de grandios în drama sa *Faust*, blestemă răbdarea și, de aceea, nu mai poate să se bucure de clipa cea frumoasă fiindcă trăiește deja în viitor. La urma urmelor,

nerăbdarea a fost aceea care l-a alungat pe om din Paradis și l-a îndepărtat de el, prin graba care l-a cuprins tot mai mult!

Friedrich Nietzsche a recunoscut foarte devreme consecințele acestui mod de a trăi al omului, care nu mai este cu sine și în sine, din cauza accelerării crescânde, a vitezei tot mai mari care domină viața modernă: „Din cauză că-i lipsește liniștea, civilizația noastră se îndreaptă spre o nouă stare de barbarie. În nici o altă epocă n-au fost mai apreciați oamenii activi, adică cei fără astâmpăr. De aceea, printre corecturile necesare care trebuie aduse caracterului uman este intensificarea într-o măsură foarte mare a elementului contemplativ.”¹⁰ Fiindcă, după cum gândește el, absența liniștii și a cugetării duc, cu timpul, la eroare și, în consecință, la brutalitate. La o vârstă foarte înaintată, când procesul de accelerare din cadrul civilizației începuse deja, Goethe a creat un cuvânt artificial, alcătuit din latinescul «*velocitas*» (grabă) și din numele lui Lucifer, zeul iluziei și al exagerării: «*velociferic*».

În urma accelerării, în om și în natură nimic nu mai poate ajunge să se maturizeze cu adevărat și, lucru care are pentru om o importanță decisivă, clipa – dar aceasta înseamnă și prezența în ambianța lui spațială – nu mai e trăită. „Trebuie să

consider că cea mai mare nenorocire a epocii noastre, care nu lasă nimic să ajungă la maturitate, este faptul că omul înghite în clipa următoare clipa dinainte, că risipește ziua în zi, trăind astfel de pe azi pe mâine, fără a da (adică a produce, O.K.) nimic din el însuși. Doar avem deja gazete (ziare, O.K.), pentru tot felul de momente ale zilei, un cap bun ar mai putea interpola una sau alta. În felul acesta, tot ceea ce fiecare face, învârtește, creează, ba chiar ceea ce are de gând, e adus la cunoștința marelui public. Nimeni nu are voie să se bucure ori să sufere, decât pentru a umple timpul celorlalți; și așa se sare de la o casă la alta, de la un oraș la altul, de la un stat la altul și, în cele din urmă, de la un continent la altul, toate în mod velociferic.”¹¹

Poți avea impresia că Goethe avea deja o idee foarte exactă despre societatea noastră modernă informațională!

Dar cum stau lucrurile cu opusul grabei, cu timpul care parcă nu mai vrea să treacă?

Noi ne plictisim atunci când sunt absente impresiile exterioare, căroră, în viața cotidiană, le datorăm partea principală a vieții noastre sufletești și când ne lipsesc incitațiile exterioare de scurtă durată. Mai întâi simțim un fel de gol interior, drept timp care nu e umplut cu nimic, adică un „timp

interminabil”*, pe care filosoful danez Kierkegaard l-a numit odată „corelativul subiectiv al nimicului” și din care rezultă un mare număr de vicii, care ne ajută să acoperim, în primă instanță, acest nimic, respectiv să uităm de el.

Dar plictisul ne îndeamnă, de fapt, să ne umplem lăuntric prin activitate, printr-o activitate proprie, fiindcă nu putem suporta mult timp acest gol sau, dimpotrivă, să ne abatem atenția de la el, prin alte activități exterioare și prin diferite distracții. Este interesant, în acest context, faptul că deja în secolul al XVII-lea filosoful francez Blaise Pascal s-a ocupat în profunzime de problemele care vin azi asupra noastră, într-o epocă, deci, în care consecințele evaziunii, distracțiilor și ale unui mod pasiv de a-ți duce viața – adică „Events and Entertainment” (evenimente și amuzament) – nici nu puteau fi măcar presimțite. „*Plictis*. Nimic nu e mai insuportabil pentru un om decât să se afle într-o stare de liniște totală, fără nici o pasiune, fără nici o activitate, fără nici un amuzament, fără posibilitatea de a-și pune forțele la contribuție pentru ceva. Atunci el va simți nimicul său, dependența sa, neputința sa, golul său interior. Din adâncul

* Cuvântul german Langeweile = plictis, e compus din cuvintele: lang = lung și Weile = răstimp, răgaz (*n.tr.*).