

Maria Dorina Pașca
Teofil Tia

**Repere ale
comunicării
psiho-pastorale**

Copertă: Ovidiu Muraru

Tehnoredactare: Pr. Nicolae-Dragoș Kerekes

Corectură: Pr. Cătălin Pălimaru

Ilustrația copertei: Foto Darius Echim

Editura Renașterea © 2020

Piața Avram Iancu, nr. 18

RO – 400117, Cluj-Napoca

e-mail: editura_renasterea@yahoo.com

www.renasterea-cluj.ro

Tel: 0264-599649

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Repere ale comunicării psiho-pastorale / Maria Dorina Pașca, Teofil Tia ; tipărită cu binecuvântarea Înaltpreasfințitului Părinte Andrei, Arhiepiscopul Vadului, Feleacului și Clujului și Mitropolitul Clujului, Maramureșului și Sălajului. - Cluj-Napoca : Renașterea, 2020

Conține bibliografie

ISBN 978-606-607-318-9

I. Tia, Teofil

316.77

Maria Dorina Pașca
Teofil Tia

**Repere ale
comunicării
psihopastorale**

Tipărit cu binecuvântarea Înaltpreasfințitului
† ANDREI,
Arhiepiscop al Vadului, Feleacului și Clujului
și Mitropolit al Clujului, Maramureșului și Sălajului



Cluj-Napoca, 2020

CUPRINS

Cuvânt, lumină și... comunicare	7
--	----------

CAPITOLUL 1

Comunicarea-repere structurale	9
1.1. Dimensiunea emoțională a comunicării	9
1.2. Relația: emițător-receptor <i>versus</i> receptor-emițător	17
1.3. Principiile comunicării	25
1.4. Rolul ascultării active	41
1.5. Stiluri ale comunicării orale	45
1.6. Barierele comunicării eficiente	58
1.7. Ascultarea și gestionarea timpului	63
1.8. Actorii comunicării și mecanismele proiective	77
1.9. Comunicarea interpersonală	84
1.10. Elemente carentiale în comunicare	101
1.11. Comunicarea asertivă	106

CAPITOLUL 2

Specificul comunicării psiho-pastorale	111
---	------------

CAPITOLUL 3

Corelarea dintre comunicarea psiho-pastorală și particularitățile de vârstă	147
--	------------

CAPITOLUL 4

Comunicarea psiho-pastorală în situații speciale	169
---	------------

CAPITOLUL 5

Sursele neconvenționale și comunicarea psiho-pastorală	187
Concluzii	195
Bibliografie	197

CUVÂNT, LUMINĂ ȘI... COMUNICARE

Dacă la început a fost... cuvântul și apoi acesta a... luminat, comuniunea/ comunicarea a făcut ca simbioza dintre cele două să creeze atitudinea omului față de el, natură și divinitate.

A putea înțelege complexitatea vieții, reprezintă chintesența lui... *a fi, a trăi, a voi, a cunoaște și a te cunoaște*, astfel încât similitudinea dintre actorii comunicării să fie elementul sine qua non al relației interpersonale dintre aceștia.

Ce sunt acestea? Frumusețea cuvântului și comuniunea sa cu adevărul în lumina vieții.

Ce reprezintă comunicarea psiho-pastorală în această ambiguă lume ce-o trăim acum? Calea spre *adevăr, cunoaștere, înțelegere, înțelepciune, ajutor și acceptare* a aproapelui.

Și astfel, cele de față devin în lucrarea preotului cu enoriașii/ credincioșii săi binecuvântarea și smerenia Sa.

Autorii

CAPITOLUL 1

COMUNICAREA-REPERE STRUCTURALE

1.1. Dimensiunea emoțională a comunicării

O definiție a comunicării este obligatorie la început de drum; comunicarea este o călătorie a cunoașterii și nuanțării propriei identități și a celei a altora; o putem face doar apelând la anumiți itemi; oricum, acești itemi surprind multe posibile metamorfoze ale acestui complex act inter-relațional uman.

Astfel, vom începe modesta noastră călătorie gno-seologică de la următoarele constatări:

- a) DEX-ul (2019) definește comunicarea drept actul de a face cunoscut, de a da de știre, a informa, a înștiința, a spune sau a vorbi;
- b) Lohisse J. (2002) constată că termenul „comunica-re” transmite ideea relației cu celălalt;
- c) Pruteanu Șt. (2000) consideră că doar comunicarea poate crea comuniunea și comunitatea, adică o țesătură de relații, indiferent de „cantitatea” de informații;
- d) Lemeni, G. și Miclea, M. (2004) definește comunicarea drept proces prin care se transmit informații de la un emițător la un receptor, prin utilizarea unui anumit sistem de semne și simboluri;

Vom spune, concluzionând, că vorbim de un „joc” de influențe reciproce între persoane, o interacțiune fertilă între două sau mai multe libertăți și afectivități. Nu greșesc deloc Commarmond G. și Exiga A. (2005) când spun că semantica termenului „comunicare” e generoasă, conceptul nu poate fi circumscris unei simple definiții, dar fiecare încercare de a-l defini surprinde câte ceva din ceea ce este comunicarea. Pruteanu Șt. (2000): „comunicarea scapă încercărilor de a o defini”.

În context pastoral, adică în perspectiva raportului *preot-enoriaș* sau *duhovnic-credincios*, vom observa cum comunicarea rămâne un proces prin care o persoană (comunicatorul) transmite stimuli cu scopul de a schimba comportamentul altor persoane (auditoriul) – Dinu M. (1997). Comunicarea umană înseamnă „totalitatea proceselor prin care o minte poate să o influențeze pe alta” – Warner Wezver (după Pruteanu Șt., 2000) și prin care o inimă poate să o remodeleze pe alta, prin forță afectivă contaminantă.

Trebuie să mai menționăm faptul că studiul, cercetarea, analiza comunicării umane urmăresc (Pruteanu Șt. 2000):

1. Explicarea, înțelegerea și însușirea unor teorii, concepte și tehnici ale comunicării eficace, persuasive;
2. Ameliorarea imaginii de sine și dezvoltarea abilităților și competențelor de comunicator etc;
3. Protejarea – prin norme de etică a comunicării – a persoanelor din grupuri și comunități în fața unor stări speciale negative ale comunicatorului.

„Fiul pe care-l merităm!” Iată un caz dificil, care presupune din partea preotului păstor vigilență, maturitate psiho-afectivă, naturalețe, echilibru duhovnicesc și competențe psihologice. E vorba de „Radu cel Nervos”, o personalitate dificilă, care se autocaracterizează astfel: *„Eu m-am născut nervos! Sunt un profesionist al răzvrătirii, al protestelor. Mă duc de e nevoie și în alte țări să particip la mitinguri anti-sistem. Am ajuns chiar la Genova, când a fost Adunarea G.8. Vedeți ce tatuaje speciale am? Sunt făcute de un maestru al Body Art 1. Beneficiarii unor astfel de lucrături artistice se disting de marea masă anonimă a tatuajilor. Noi suntem speciali. Este foarte important să ai un personal style, chiar dacă faci parte dintr-un grup. S-a terminat epoca în care se tatuau doar marinarii și recruții... îmi conduc mașina cu muzica la maxim, căci am nevoie de zgomot mult... mă hrănește! Îmi place să las urme de cauciuc pe asfalt... să se vadă că am trecut! La discotecă mă duc mai rar, atunci când simt nevoia să mă încarc. Eu sunt un dur! Când nu-i nevoie să o demonstrez public, stau pe canapea acasă și ascult rock satanic de Marilyn Manson, consum popcorn și țin discursuri în mintea mea contra rudelor, cunoscuților și contra lumii întregi! Nu-i mai suport! Îmi place enorm să distrug bunuri publice, să răstorn băncile în parc, să sparg ferestre la magazine, să lovesc cu mașina tăblițele rutiere... am făcut-o de nenumărate ori. Ultima dată m-a văzut un echipaj de poliție și m-au dus la secție. Ce nu le convine? Să mă lase în pace! Fac ce vreau! Nu-mi comandă ei mie!... Cu iubitele stau prost... nu le înțeleg ce tot vor... până să le*

câștigi pierzi prea multă vreme. Eu sunt obișnuit să primesc ceea ce vreau instantaneu, nu așa... Mă aprind repede și execut comenzile minții mele: i-am incendiat mașina unui fost amic ce nu mi-a mai fost simpatic. Sunt liber să fac ce vreau!”

Comunicarea cu tânărul presupune și investigarea originilor stărilor sale emoționale, ale începuturilor, ale primelor experiențe „limită”. Într-o atmosferă caldă, primitoare, de empatie, de acceptare necondiționată, el se deschide mai mult:

„Copilăria mea a fost una înecată în solitudine, chiar dacă am fost copleșit cu multe cadouri și jucării, care doreau să substituie raporturile emoționale inexistente cu părinții. Pentru tatăl meu, banii au fost mult mai importanți decât dragostea: portofelul lui era pe primul plan între valorile familiei. Era preocupat să-mi furnizeze maximul economic, dar era complet dezinteresat de viața mea. Când aveam vreo dificultate și doream să mă sfătuiesc cu el, se prefăcea repede că n-are timp, că trebuie să verifice niște tranzacții pe internet... așteptând să intervină salvator mama. Ea, în schimb, nu zicea niciodată altceva decât DA! Așa că eu făceam ceea ce-mi venea în cap. Mama mea vorbește prea mult și ascultă prea puțin. Cuvintele ei sunt un sonor de televizor ce merge singur. Pentru mine, Paștile și Crăciunul durează un an întreg: când tata mă vede supărat sau nervos, mă întreabă: Îți trebuie bani? Aparent, familia mea este un templu al respectului reciproc, în realitate este o acumulare de egoisme bine camuflate. M-am săturat de toți! Vreau să fiu liber!”

O bună comunicare și o înțelegere de ansamblu a cazului va însemna și extensia interacțiunii cu apropiații ai lui Radu, pentru a vedea erorile pedagogice și greșelile de atitudine în formarea lui. Iată ce spune tatăl său:

„Nu vrem să părem îngâmfați, dar noi ne iubim copilul... i-am dat un apartament cadou de îndată ce a făcut 18 ani; n-a terminat liceul, dar am considerat că e bine să aibă un loc al său, de retragere; nu i-am refuzat nici o ocazie ca să se distreze, că de-aia este tânăr... iar banii, nu poate spune că i-au lipsit vreodată. Doar ne permitem, nu suntem sărăntoci ca alții! I-am dat tot ceea ce nouă ne-a lipsit când am fost ca el. Și ne-am speriat foarte tare când l-au arestat... Deși suntem convinși că polițiștii au exagerat. N-a distrus el toate acelea, probabil erau distruse mai de dinainte și acum vor să le plătim noi... Doar e încă un adolescent, sunt chestii specifice vârstei, nu-i așa de vinovat! Fiul nostru nu vorbește niciodată cu noi... El nu este anti-social, cum pretind polițiștii, e ceva de moment acum... incidentul acesta... Credem că Dumnezeuvoastră îl puteți face cuminte cum era când era mic... am venit la Dumnezeuvoastră foarte supărați... că ne-a spus un preot că Fiecare avem copilul pe care-l merităm! Așa ceva meritam noi?”

Analiză psiho-pastorală:

Un tată detașat de probleme, o mamă promotoare a unui fals moralism, aparent atenți amândoi la nevoile fiului, în realitate foarte departe de frământările lui emoționale, frământări care, în timp, s-au stins, sub efectul indiferentismului lor. Discursul tânărului se

reduce la trei cuvinte: sex, mașină și revoltă. Modelele lui de referință sunt: Cine se distrează mai bine! Cel care se face respectat! Cei care nu gândesc ca el sunt toți proști! E mai ușor să dai bani, să faci cadouri, decât să educi. Crescut într-un mediu marcat de absolută indulgență educațională, ca adult va ignora valoarea empatiei în raporturile inter-presonale. Va fi un subiect care-i va instrumentaliza pe ceilalți, tiranic, dificil de iubit.

Hipertrofia eului l-a făcut pe Radu să fie violent, inclusiv în raport cu celălalt sex, asupra căruia descarcă mai mult ură decât iubire, mai mult insulte decât complimente, mai mult pâlmuiri decât săruturi. Pretinde ca femeile să i se dăruiască fără rezervă, ignorând faptul că răbdarea în așteptare nu privează de plăcerea de a sta împreună, ci creează premisele unei sexualități mai profunde, când vor hotărî împreună, ambii parteneri, să avanseze în această direcție. Dacă nu se rezolvă problemele afective intrafamiliale, este foarte dificil să iubești și să te faci iubit de o fată. Pentru că se va exporta în noul cuplu ceea ce s-a trăit și experimentat în familia de origine.

Există animale solitare pentru întreaga viață, întrucât prezintă o agresivitate deschisă, care dăunează altor indivizi ai speciei; așa că, pentru agresivi, nu e altă soluție decât singurătatea impusă. Radu este un emițător de pretenții, crescut în comoditate, antrenat în regula: Vreau totul și imediat! Vorbirea de jargon și plină de vulgarități relevă tentința imatură de a expune o forță virilă pe care, în realitate, nu o posedă!

El definește paranoic drept libertate, violarea legii (precum furtul din magazin sau incendierea mașinii altuia). Exaltarea agresivă a libertății corespunde întotdeauna unei **culturi a non-responsabilității**, relevând imaturitatea subiectului.

La întâlnirea cu preotul, Radu se înșeală pe sine crezând că ajutorul trebuie să-l primească întotdeauna din exterior. Prezintă un instinct agresiv primar care se exprimă ca permanentă auto-obligație de a se opune, tendință spre polemică sau critică aprioristică. E pregătit pentru dezbateri și negocieri nesfârșite. Crede că este un non-conformist, pe când este, în mod simplu, un ne-integrat. El știe doar să re-acționeze, fără să știe și să acționeze. Îi lipsește deci dinamismul pozitiv, simțul inițiativei, curajul, tenacitatea.

Vindecarea presupune să ajungă să se simtă acceptat și iubit; aceasta survine însă doar după un proces similar vechiului model al medicului și pacientului: de partea medicului era știința și conștiința, de partea bolnavului, încrederea și docilitatea. Doar după instalarea unei relații empaticе cu preotul se poate corecta comportamentul și imaginea de sine pe care o are Radu, încurajându-l în tentativele de a crește. Anumite comportamente anti-sociale sunt consecința unei patologii psihice caracterizate de:

- Scăzută autostimă,
- Imposibilitatea de a-și creiona un proiect de viitor
- Dezamăgirea creată de alții;
- Tânărul va trebui să învețe că:

- Nu întotdeauna trebuie să recurgi la război pentru a-ți atinge obiectivele;
- Că nu este nevoie să trăiești permanent sub o mare tensiune interioară sau exterioară, intrapsihică și relațională;
- Că poți cere, fără să agrezezi și să călărești pe celălalt;
- Că pentru a supraviețui este suficient să știi să te afirmi, fără ca prin aceasta să distrugi pe cel care ți-e aproape.
- Că a distruge nu este o formă de a umple golul tău existențial, ci este doar o fugă disperată de nesiguranță.

De asemenea, devine conștient de faptul că agresivitatea sa este proiecția în exterior a unor aspecte refuzate în interior, adică tentativa inconștientă de a anula la alții negativul care nu se acceptă la sine însuși. Trebuie ajutat să-și construiască o structură etică, adică să-și formeze o conștiință, sensibilizându-l față de răul făcut altora, ajutându-l să exprime și sentimente de vinovăție, căci dincolo de lege, există și un tribunal interior, libertatea și responsabilitatea fiind complementare. Pentru a nu se naște în societate anestezie morală, ale cărei simptome sunt absența de autocritică, de respect pentru alții și – deci – indiferență, tinerii trebuie puși nu doar în fața drepturilor, ci și a datoriilor lor, a responsabilității. Altfel, revendicarea drepturilor individuale naște anarhie etică, fără reguli și fără frâne, totul spre distrugerea celor mai slabi și mai neapărați, cangrenându-se însăși conviețuirea civilă elementară dintr-o societate!

1.2. Relația: emițător-receptor *versus* receptor-emițător

În cadrul comunicării umane ne vom opri asupra identităților perceptuale ale acesteia:

- **intrapersonală** = reprezentând dialogul lăuntric, cu sine, propria voce interioară; această comunicare este obligatorie pentru menținerea echilibrului psihic și emoțional;
- **interpersonală** = reprezentând dialogul dintre doi interlocutori, unul adresându-se celuilalt;
- **de grup** = asigurând schimbul de idei și emoții (între mai multe persoane);
- **publică** = realizându-se în fața unui amplu auditoriu, unde publicul poate să fie: ostil, neutru, indecis, neinformați, susținători, ironici etc;
- **de masă** = având loc pentru mass-media (cu toate componentele sale specifice).

Comunicarea reprezintă, de fapt, o „tranzacție” între interlocutori: **emițătorul și receptorul**; o „tranzacție” care beneficiază de o anumită reciprocitate, emițătorul fiind aproape simultan, emițător și receptor, apoi receptor și emițător. Comunicarea este un act interpersonal, social, deliberat sau involuntar, conștient sau nu. Ea este, în orice caz, unul dintre actele care stau la baza țesăturii sociale, și, este imposibil să nu comunicăm: Watzlawick (1972) – „Dacă admitem că, într-o interacțiune, orice comportament are valoarea unui mesaj; cu alte cuvinte

este comunicare, rezultă că nu poți să nu comunici, indiferent dacă vrei sau nu”.

Din perspectiva unei analize psihosociale, comunicarea reprezintă ansamblul proceselor prin care se efectuează schimburi de informații și de semnificații între persoane aflate într-o situație socială dată. Astfel, orice comunicare este o interacțiune, ea prezentându-se ca un fenomen dinamic care implică o transformare, născând un proces de influență între actorii sociali, practic între doi interlocutori.

Astfel, privind **rolul actorilor comunicării**, Feertchak (1996) amintea că „orice individ care comunică este direct implicat în situația de comunicare, ajungând în ea cu personalitatea sa și cu propriul sistem de nevoi, care îl și motivează”, fapt care determină și precizarea punctual necesară că ea, comunicarea, are întotdeauna o finalitate, un obiectiv, ce pot fi explicite, implicite sau inconștiente.

Ca un corolar al celor spuse legat de comunicare, vom observa, împreună cu Pasecinic V. (2000) cum psihologia comunicării umane proclamă o nevoie a ființei umane de a cunoaște, de a se dilata, de a progresa, de a-și lărgi spațiul vital; pentru aceasta fiecare om încearcă să învingă eventualele rezistențe psihologice ale interlocutorului, apelând la câteva reguli (pe care noi le vom formula la cazul „Vocativ”):

- evitați convorbirile negative, nu vă plângeți, nu puneți pe umerii altora propriile probleme și greutăți;

- evitați formele de adresare care îl subordonează, minimalizează sau chiar umilesc pe partenerul de dialog;
- evitați orice manifestare de intoleranță, iritare, neacceptare a celui din fața voastră;
- nu strecurați în comunicare presiune și forță, amenințări cu pedeapsa sau cu alte posibile repercusiuni negative;
- nu acceptați eventualele „provocări” ale partenerului de dialog spre ceartă, polemică aridă, controversă stearpă; aduceți argumente inteligente pentru a păstra o stare de spirit pozitivă;
- evitați să vă opuneți în mod ostentativ altora (de a fi, ceea ce românul numește cu expresia „Gică-Contra”);
- abțineți-vă de a vă amesteca în chestiunile altor oameni, crezând că aveți dumneavoastră soluții, de a fi invazivi, sâcâitori, presanți;

În comunicare, partea emoțională deține importanța covârșitoare. Constată S. Rubinstein (după Pasecinic V. – 2000) că „inima omului este toată țesută din atitudinile sale umane față de alți oameni”, și a reuși să te porți cu alții, așa cum ai dori ca ei să se comporte cu tine constituie dezideratul major, elementul fundamental al artei comunicării.

Pentru a realiza o comunicare nu numai eficientă, dar și corectă din punct de vedere al calității și „cantității” informației transmise prin mesaj, e necesar a avea permanent în vedere ceea ce Larousse definește drept

„acțiunea de a transmite, a aduce la cunoștință, a împărtăși, a fi în raport cu, a fi legat de, a fi în relație cu”; comunicarea urmărește deci o stare și o acțiune, ambele menite să determine o atitudine și/sau un comportament. Stanton N. (1995) vorbește de atingerea unor scopuri prin procesul de comunicare:

- să fim receptați (auziți sau citiți);
- să fim înțeleși;
- să fim acceptați;
- să provocăm o reacție (o schimbare de comportament sau atitudine);

Relația se stabilește între emițător și receptor, fiind constelată de alte câteva elemente (sau „itemi”) de importanță capitală:

- **emițătorul** = persoana care inițiază comunicarea;
- **receptorul** = persoana care primește sau recepționează mesajul/ informația;
- **mesajul** = conținutul informației transmise de emițător, în manieră verbală sau nonverbală;
- **canalul** = calea de transmitere a mesajului, fiind în intimă legătură cu mesajul;

unde:

- **emițătorul** = cel care intenționează să ofere o informație;
- **codarea** = maniera de a exprima sau de a traduce informația într-un limbaj accesibil destinatarului;
- **canalul** = maniera, forma prin care mesajul este emis și vehiculat, grație unui suport material;

- **decodarea** = „decriptarea”, „traducerea”, înțelegerea, însușirea mesajului;
- **receptor** = destinatarul mesajului, factorul care absoarbe, subiectul beneficiar;

Iată monologul interior al unei fete în a cărei familie comunicarea pozitivă era foarte deficitară:

„Am 16 ani; m-a adus mama cu forța la Dumneavoastră... că am rămas însărcinată cu un coleg de clasă și mi-au făcut avort... mama e o vânzătoare apreciată la serviciu, dar acasă e foarte rece și contabilizatoare; ea ar trebui să fie vindecată, nu eu! Tatăl meu e un parvenit: era muritor de foame și printr-un artificiu financiar ilegal s-a îmbogățit brusc. Cu mine s-a știut relaționa doar ducând mâna la portofel, în loc să-mi dăruiască puțin timp și câteva picături de dragoste. Până au divorțat, s-au certat permanent; de aceea, au fost incapabili să observe nevoile mele adevărate, interioare. Nu-mi spuneau niciodată «Nu!», dar asta pentru că nu vobeau cu mine niciodată! Îmi interziceau doar să vin acasă târziu și să iau note slabe. În rest, am făcut ce-am vrut...

Când se certau, fiecare zicea de mine: «fică-ta»... dar – simultan – mă și instigau fiecare să trec de partea lui; am înțeles că nu se vor mai putea împăca niciodată în seara în care tata mi-a zis că de mâine nu va mai veni acasă. Cred că mi-a căzut cerul în cap de durere... am murit de rușine atunci și mi-am evitat toate prietenele ca să nu mă oblige la dialog. Nu m-am putut exprima cu mânie sau disperare, ci a trebuit să mă închid în mine... m-am simțit singură și sub asediu. Am sperat mult să se

împace... dar au fost doar iluzii de-ale mele... eram înspăimântată de ceea ce se petrecea și mi se părea că eu sunt vinovată de tot... am slăbit tot mai mult din cauza unor dureri de stomac...

Sunt învățată să nu mă las influențată de reguli și datorii... pierderea fecioriei pentru mine n-a fost deloc o traumă..., numai că n-am luat în calcul riscul sarcinii!... am făcut sex fără inhibiții, disprețuind orice normă morală. Asta cred că și pentru că eu nu am fost educată de ei în spiritul așteptării, al răbdării, al perseverenței, al unei discipline. Dacă mă gândesc bine, știți de ce am făcut sex în acea excursie cu colegul pe care nici măcar nu îl iubeam? Pentru că mă simțeam singură... simt că am probleme mai mari decât pot eu înfrunța! De unde-mi vine starea aceasta? Dar de ce m-or mai adus ei pe lume?

Apoi mama m-a obligat să mă implic în lupta ei furibundă pentru avere contra tatei, prin tribunale, după divorț. Permanent m-a ațâțat contra lui. Ca să o protejez, nu i-am zis curând că-s însărcinată. Acum eu mă simt a nimănui. Nu înțeleg ce sens au toate... Da' de ce trăim? N-ar fi mai bine să nu mai trăim? E în mine un impuls colosal spre auto-distrugere.... Caut căldură și nu găsesc la nimeni... Oare am căutat în sex ceea ce nu am primit în plan sentimental de la părinți? Răspundeți-mi, vă rog....”.

Analistul psiho-pastoral:

Divorțul este întotdeauna rezultatul unui faliment afectiv, al unui eșec în dragoste. Primii perdanți sunt întotdeauna copiii: ei au nevoie de o călăuză stabilă și

matură, fapt realizabil doar într-o familie solidă, sigură, protectivă. Divorțul este un atac la echilibrul psihic al micuților, deoarece le pune în criză identitatea.

După divorț, copiii sunt, de obicei, dați în grija mamei, tatălui rămânându-i un rol marginal: o pensie alimentară și dreptul la niște vizite. De obicei, mama, din răzbunare, contribuie la schimonosirea figurii paterne în ochii copiilor. Și așa, copiii cresc lipsiți de un fundamental punct de reper. Ei ajung foarte singuri: doar cu ei înșiși și cu propriile lor neliniști. Se simt abandonați și refuzați, divorțul făcându-i nesiguri și înfricoșați, cu o consistentă prăbușire a stimei de sine, cu o enormă nevoie de ajutor afectiv. La adolescență aceștia vor ajunge cu probleme comportamentale, pentru că sunt deposedați de modele psihoafective mature.

Cu cât mai mare a fost conflictul dintre părinți dinaintea divorțului, cu atât mai mari sunt problemele relaționale ale copiilor deveniți adulți, care vor trăi cu mare dificultate raporturile de dragoste, căci au asimilat modele negative, și se tem că se vor repeta experiențele dureroase din copilărie. Ei vor avea o viață conjugală nesatisfăcătoare, de exemplu, vor fi exponenții unei sexualități fără libido sau practică doar ca obligație conjugală.

Adolescenții caută cu exasperare să pară maturi, dar o fac în forme exterioare: optează pentru transgresiune, experiențe superficiale, sunt marcați mult de nevoia de a se auto-verifica, fug de dificultățile relaționale cu părinții, consideră greșit că sexul poate rezolva carențele afective.

Iată în ce direcție trebuie intervenit:

- să se atenueze sentimentele de vinovăție inconștiente acumulate,
- să se fortifice controlul impulsurilor (și al emoțiilor destabilizante),
- să fie ajutați să evalueze cu realism și inteligență consecințele propriilor comportamente.

Libertatea, inclusiv cea sexuală, își pierde sensul dacă nu este corelată cu simțul responsabilității, pe care adeseori familia nu reușește să-l mai transmită. Prea des adolescenții sunt lăsați singuri, sunt abandonăți. Ei trăiesc o perioadă de furtuni identitare și relaționale, marcată de contestări, răzvrătiri, închistări în sine.

Mulți copii intră în adolescență deposedați de puncte sigure de reper:

- în familie respiră un aer ostil,
- la școală primesc puține impulsuri motivaționale,
- locul de muncă este greu de găsit și e instabil,
- societatea îi înșeală cu modele iluzorii și anti-pedagogice.

Așa că ei urmează caricatura bărbatului macho, a efeminatului, a bătăușului, a emancipatei arogante, a starletei parvenite, personaje prin care caută să-și hrănească propriile vise, cu rezultate dezastruoase: ajung oropsiți în valori, în limbaj și în educație. Așa că, adolescenții mimează fericirea, și par a avea un unic obiectiv: distracția! Dar acesta e un obiectiv nevrotic, substitutiv. Bunăstarea socială și cea economică a abolit în ei simțul sacrificiului și al responsabilității, provocând plictis, îngâmfare și incapacitate de acțiune. Televiziunea, internetul și

video-jocurile nasc singurătate, deoarece mută în virtual ceea ce ar trebui să fie trăit în comunicarea reală.

Ei trebuie lăsați să vorbească, să se exprime, căci lipsa dialogului este mai nocivă decât orice ar putea ei spune.

1.3. Principiile comunicării

Acestea fiind spuse, putem purcede la identificare a nouă elemente care definesc o comunicare eficientă, conform Lupu I., Zanc I., Săndulescu C. – (2004). Astfel, aceasta trebuie să presupună în mod obligatoriu:

- a învăța, transmite sau primi cunoștințe;
- a influența comportamentul cuiva;
- a exprima sentimente;
- a explica sau înțelege propriul comportament sau al altora;
- a întreține legături cu cei din jur/ a te integra într-o colectivitate sau un grup social;
- a clarifica o problemă;
- a atinge un obiectiv propus;
- a reduce tensiunile sau a rezolva un conflict;
- a stimula interesele proprii sau ale celor din jur.

În contextul amplu creat de psihologia comunicării, Abric J. C. (2002) formulează câteva **principii fundamentale**, obligatorii pentru o acțiune de comunicare eficientă și marcată de autenticitate:

1. Primul principiu face referință la **proeminența climatului asupra tehnicii în comunicarea**

inter-umană: calitatea relației este principalul factor care generează calitatea comunicării, astfel încât, cel mai bine va comunica acel individ care:

- a) este în măsură să creeze un context relațional;
- b) este în măsură să faciliteze exprimarea și receptivitatea;

Climatul emoțional are deci o autoritate superioară tehnicilor de intervenție, iar formula românească „Are întotdeauna dreptate cel care iubește mai mult” își demonstrează în acest context valabilitatea.

2. Al doilea principiu consideră **autentic actul de comunicare constituit pe baza a cinci reguli elementare:**

- a) Să asculți! = adică să iei în considerare punctul de vedere al celuilalt;
- b) Să observi! = altfel spus, să fii atent la toate reacțiile, atitudinile, evenimentele, de multe ori de natura nonverbală, care au loc în respectiva situație de comunicare;
- c) Să analizezi! = în scopul de a reuși să detașezi partea de „explicit” de cea de „implicit”, partea evidentă de cea ascunsă, pentru a degaja elementele ce constituie câmpul psihologic și social determinant pentru indivizii aflați în comunicare;
- d) Să controlezi! = în sensul pozitiv, de a avea permanent în atenție calitatea și relevanța mesajului (feedback-ul) și procesele susceptibile de a parazita interacțiunea sănătoasă;

e) Să te exprimi! = respectând condiția și statutul interlocutorului și natura contextuală a comunicării respective;

3. Ultimul principiu presupune conștientizarea faptului că **orice comunicare se înscrie într-un context psihologic** bine delimitat social și ideologic; aceasta înseamnă că trebuie avute permanent în atenție rolul și ponderea care revin normelor sociale, reprezentărilor sociale și valorilor de referință în contextul dat, o simplă analiză tehnică a comunicării fiind insuficientă.

Iată maniera în care discuțiile cu ridicat coeficient de intimitate au o pronunțată vertebrare psihologică:

Ne spune Arthur – seropozitivul: *„Mama mea, în copilărie, ținea enorm la formă și la aparențe; tatăl meu era ocupat tot timpul cu serviciul, iar când venea acasă, de obicei, mă bătea pentru tot ce greșea fratele mai mic, pe motiv că eu aș fi responsabil, căci sunt mai mare. Viața mea sexuală a fost profund marcată de un episod petrecut prin gimnaziu: m-am dus la cinema în cartierul meu și s-a așezat lângă mine un bătrân; în timpul filmului, fiind întuneric, mi-a luat mâna și a început să se apese cu ea pe pantaloni, descheindu-se. Am înghețat... Apoi a început să facă așa și la mine, atingându-mă... Brusc, s-au aprins luminile, și el s-a ridicat repede și s-a dus cu vreo cinci rânduri mai în spate. Am fost foarte traumatizat de ce s-a întâmplat.*

I-am povestit, acasă, mamei, iar ea a zis sec: La acel cinematograf să nu te mai duci! Și a schimbat vorba. Eu

m-am simțit atunci foarte părăsit de ea; credeam că pot conta pe dragostea părinților, pe protecția lor, și mi-am dat seama că lor le este mai comod, uneori, decât să intervină cu responsabilitate, cu autoritate și prin dialog, să se eschiveze. Din acel moment, capitolul sexualitate pentru mine a fost dereglat... doar la 25 de ani am avut prima experiență sexuală cu prietena mea, Nicoleta.

Apoi, mama a fost diagnosticată cu o tumoare malignă și m-am simțit obligat să preiau afacerea familiei și să mă însor, ca ea să fie liniștită. Dar noaptea, mereu aveam visul că vine un bătrân necunoscut și mă stăpânește sexual... după un timp am început să frecventez cinematografele cu renume prost. Nevastă-mea și-a dat seama că la mine ceva nu-i bine și a divorțat. Distrugerea unei căsătorii este întotdeauna o înfrângere. Așa că am ajuns sclavul viciilor.

După o vreme, am întâlnit-o pe Carla, fată bogată, din familie cu renume, care-mi era superioară din toate punctele de vedere. Nu știu de ce m-a ales; poate pentru că se zice că aș fi foarte frumos. O duceam prin călătorii scumpe, îi făceam cadouri prețioase; și am început să mă simt rău; tot mai rău... mi-am făcut analizele și am aflat că am SIDA. A trebuit să i-o spun: m-a dat afară din casă, m-a silit să pun toată averea doar pe numele ei, și am ajuns într-un centru socio-medical. Singur, cu problema mea! La nimeni nu-i pasă de mine. Singura mea bucurie sunt medicamentele anti-durere. Medicii zic că fiecare zi în plus este un cadou ceresc. M-am gândit să fac ordine în viața mea, măcar acum, la sfârșit: Cine sunt eu? De ce

am trăit? Ce rost are totul? Simt că vreau și eu să fiu înțeles, acceptat și iubit! Dar cine-i dispus la asta pentru mine? Nimeni!

Vorbind cu un preot sau cu un specialist simt cum cuvintele pot deveni terapie. Simt cum un om al lui Dumnezeu îmi poate furniza o a doua educație, corectând erorile părinților biologici. După o discuție cu ei, recâștig seninătate. În tot ceea ce visez noaptea, se ascunde secretul imaturității mele profunde. Relația cu ei pentru mine e hrană, precum mâncarea pentru trup. Dialogul este un aliment pentru psihicul meu... Ce se mai poate face, oare?"

Constatări psiho-pastorale:

1. Pe traseul formării noastre psiho-afective și al maturizării noastre umane, avem mare nevoie de **o certitudine: aceea că suntem iubiți și protejați** de o forță (sau autoritate) superioară nouă. Acest lucru se întâmplă – de obicei – în copilărie, când mama și tata sunt prezenți în viața noastră, și știm că putem conta pe dragostea lor și pe intervenția lor în caz de nevoie; securitatea noastră se construiește pe convingerea că ei ne protejează, că ajutorul lor – în momente critice – nu va întârzia să apară. Cimentați pe astfel de convingeri și stări emoționale, înaintăm în viață cu dinamism și încredere că dificultățile vieții vor fi depășite. Este **un prim pas consistent în aventura complexă a vieții conștiente.**

O educație prin prezență este deci una superioară, mult mai eficientă decât una bazată doar pe exemple sau

modele exterioare și îndepărtate. Din păcate, nu întotdeauna părinții au curajul să înfrunte problemele, fiind ei înșiși lipsiți de înțelepciunea de a gestiona corespunzător propria responsabilitate, refugiindu-se în autoritarism sau refuzând dialogul. În aceste cazuri, însă, ei fac rabat de la Legea Dragostei, neștiind revărsa în viața copiilor proprii suficientă iubire; lipsa iubirii sau prezența ei rarefiată și insuficientă naște ființe fragile psihic, generează subiecți vulnerabili din punct de vedere psihologic, care înfruntă viața împovărați de suspiciuni și de neîncredere în sine și în ceilalți.

2. A doua constatare psiho-pastorală:

O experiență deficitară în iubire a copilului va naște și o slabă conștiință a Divinului; Dumnezeu este dragoste, conform definiției biblice ioaneice (1 Ioan 2, 4), iar cei care nu beneficiază de suficientă iubire sunt privați de energia Lui terapeutică și binefăcătoare. Nefiind iubiți suficient în copilărie, ei vor avea pe tot parcursul vieții un sentiment al absenței lui Dumnezeu din viața lor, și fără un efort religios explicit întreprins ulterior, nu vor fi niciodată convinși de existența Lui și de intervențiile Lui în viața pământenilor.

Căsătoria este un alt moment în care viața unui om ar trebui să se umple de dragoste. Mulți înregistrează și la acest capitol un eșec, fie eșuând în căsnicie, fie nereușind să închege o legătură solidă pe termen nelimitat. **Falimentul unei căsnicii este întotdeauna o înfrângere**, pentru că se pierde o parte din propria viață

și șansa creșterii în dragoste pentru restul etapelor de viață.

3. A treia psiho-constatare:

Pacientul cu SIDA este invitat de propria boală să-și pună problemele fundamentale ale vieții: cine este, de unde vine, încotro se îndreaptă. Discuțiile pastorale îl pot ajuta enorm să descopere cine *este* cu adevărat, nu cine *pare a fi*, care îi este identitatea cea mai profundă: aceea de **subiect uman iubit de Dumnezeu în ciuda greșelilor trecutului**. Pe acest mesaj trebuie clădite toate discuțiile și interacțiunile cu bolnavul: Dumnezeu ne iubește în ciuda păcatelor săvârșite, iar (în viziunea Lui) există întotdeauna un timp al întoarcerii și al reconstrucției pozitive de sine.

Solitudinea și disperarea paralizează viața unui bolnav. Preotul păstor, ca om al lui Dumnezeu, aduce cu sine speranța și un orizont de lumină. Toți pacienții, chiar cei care nu recunosc, au o mare **nevoie de a se înțelege pe ei înșiși și de a se accepta**. Au nevoie să se reconcilieze cu propriul trecut. Preotul păstor ascultă cu duioșie, în liniște, cele relatate, acceptând empatic narațiunea unui trecut unic și irepetabil. Vorbește puțin, pentru că, în întâlnirile pastoral-duhovnicești, cuvintele pacientului devin terapie.

Nu este ușor pentru un pacient cu acest diagnostic să se elibereze de lanțurile reticenței, **să înceteze să se lupte cu sine însuși**, pentru a începe să se cunoască cu adevărat. Mulți adulți nu sunt capabili să fie maturi. Fie

nu vor, fie nu pot, fie nu știu... toate sunt situații care presupun abordări terapeutice diferite. Psihoterapia de orientare psihanalitică în arealul pastoral corespunde unei a doua formări individuale, **pentru a corecta greșelile părinților biologici.**

4. A patra psiho-constatare:

În cazul multor pacienți cu SIDA, întâlnim o hipertrofie a Supra-Eului (un defect la Super-Ego, mai exact), care se exprimă prin dificultăți în controlul instinctualității, o tendință spre a repeta comportamente deviante și o scăzută capacitate de a evalua consecințele propriilor fapte. Autoculpabilizările patologice trebuie prelucrate pastoral pentru ca agresivitatea contra sinelui, în loc să se descarce în direcția auto-distrugerii, să fie **sublimată și utilizată în scopuri pozitive, în special în construirea unei vieți afective revitalizante**, sănătoase și fortificante. Datoria intervenției pastoral-terapeutice este aceea de **a substitui auto-culpabilizarea excesivă cu responsabilizarea**, ajutându-se treptat pacientul să reacționeze într-o manieră matură la propria boală. Aceasta înseamnă să-l susținem în direcția dobândirii unei anumite seninătăți în raport cu viața și cu toate cele care vor urma.

5. A cincea psiho-constatare:

Conform liniilor de orientare ale psihoterapiei psihanalitice, pacientul devine atent să captureze și să interpreteze visele pe care le are, întrucât acestea ascund, de

obicei, secretul imaturităților interioare. Prin intermediul acestora se exprimă psihicul adânc, printr-un limbaj alternativ stărilor de veghe, dar la fel de grăitor (dacă nu chiar mai mult). Dacă interpretarea lor este corectă, ele devin foarte utile pentru a intui dinamicile inconștientului și rădăcinile devianțelor psihopatologice.

Inter-relaționarea are o valoare capitală pentru ființa umană; este o hrană pentru psihic precum pâinea pentru trup; dialogul este un aliment pentru sufletul nostru: îl practicăm cu medicul pentru sănătatea tru-pească, cu psihoterapeutul pentru confortul psihic, și cu preotul păstor pentru a ni se trasa orizonturi ultraterene. Poate tocmai de o inter-relaționare abundentă sunt privați pacienții cu SIDA, ei fiind victimele multor prejudecăți sociale nedrepte.

De aceea, se cuvine să înșirăm „axiomele” comunicării formulate de Pruteanu Șt. (2000), cărora li s-a conferit chiar o rigoare matematică:

1. Comunicarea este inevitabilă sau non-comunicarea este imposibilă = orice comportament are valoare comunicativă, chiar refuzul comunicării comunicând ceva; aceasta, dacă vei ști decripta cele mai mici indicii, semne și semnale ale contextului;
2. Comunicarea se dezvoltă întotdeauna pe două planuri: al conținutului (oferă informații) și al relației (oferă informații despre informații). Însuși modul de rostire a cuvintelor (tonul) spune mult despre calitatea comunicării;

3. Comunicarea este un proces continuu ce nu poate fi abordat simplist în termeni de cauză/efect sau stimul/răspuns; omul comunică în fiecare moment cu întreg trecutul său și cu toate experiențele acumulate;
4. Comunicarea se bazează atât pe informație în formă digitală, cât și pe informație analogică, simbolurile fiind transpuse în cod binar, la nivelul neuronilor și sinapselor;
5. Comunicarea este ireversibilă, mesajul (bun sau rău) odată emis și recepționat nu mai poate fi luat înapoi;
6. Comunicarea implică raporturi de putere între parteneri, iar tranzacțiile (schimburile) care au loc între ei pot fi simetrice sau complementare; idealul realizării unui raport de deplină egalitate între interlocutori este utopic;
7. Comunicarea implică procese de acomodare și ajustare a comportamentelor, deoarece există nevoia parametrilor de a se armoniza și sincroniza unul cu celălalt.

În acest scop, pentru a fi eficientă, comunicarea trebuie să funcționeze ca **un sistem circular și să se autoregleze prin feedback**-ul care îi permite receptorului să emită reacții. Practic, o comunicare corectă presupune o flexibilitate a rolurilor, o interacțiune, iar nu o simplă transmitere de mesaj. Astfel, orice comunicare trebuie să se analizeze, organizeze și realizeze ca o interacțiune, ea fiind bilaterală. Feedback-ul poate să fie:

- pozitiv = atunci când îmbogățește relația;

- negativ = când ești stimulat să corectezi sau să îți îmbunătățești maniera de a comunica, retroacțiunea corepunzând celor patru funcții:
 - a) de control al înțelegerii, al receptării în bune condiții a mesajelor;
 - b) de adaptare a mesajului la caracteristicile receptorilor, la dificultățile întâmpinate sau la alte elemente care impun o modificare a formei de transmitere a informației;
 - c) de reglare socială prin flexibilitatea rolurilor și a funcțiilor îndeplinite de diferiți actori, în măsură să faciliteze înțelegerea punctului de vedere al celuilalt și să favorizeze învățarea socială;
 - d) socio-afectivă, când existența feedback-ului spo-rește „siguranța” actorilor, reduce aprehensiunea și mărește satisfacția reciprocă.

Iată o situație în care un feed-back corespunzător a salvat dintr-o neagră depresie o ființă umană, aparent fericită, grație realizării socio-profesionale.

Mi-am luat licența în Litere și sunt secretara unui manager multinațional foarte important. Muncesc 12 ore pe zi, asta de la 25 de ani, și până acum munca mi-a adus nenumărate satisfacții. De câtva timp însă, mă simt rău, resimt un gol interior, nu mai am echilibrul lăuntric care mi se părea că l-am atins... În familia în care m-am născut, nu a lipsit dragostea, ci exprimarea ei, manifestarea ei... nu ne exprimam niciodată sentimentele. Tatăl meu era o prezență sigură, fermă, constantă, până în ziua în

care a avut un accident rutier și a murit. În seara zilei de înmormântare, întoarse acasă, eu și mama, ea a zis, văzând locul lui gol la masă: De acum încolo îți voi fi eu și tată! Eu am încercat să fiu o fiică model pentru a nu o dezamăgi. E o mare nedreptate să devii orfană de tată la 15 ani, mai ales că am pierdut un tată foarte curajos, activ, neostenit. Șeful meu de la serviciu seamănă cu el: inspiră forță și autoritate, are o agresivitate controlată care îi creează profilul unui dominator, imagine de care însă nu profită. Nu e deloc un dictator, ci un lider care se mișcă cu mult respect față de cei care-i sunt coechipieri. Pe lângă faptul că este un mare profesionist, are capacitatea de a distinge între ceea ce este general și ceea ce este particular, și nu se folosește de prestigiul ce-l are pentru a profita de ceea ce multe dintre colegele mele sunt dispuse să-i dea... Înțelegeți dumnevoastră ce vreau să spun... Am lucrat cu el într-o simfonie și abnegație care cred că nu o avea nici măcar cu soția lui. Ea nu-l susținea în ascensiunea lui profesională, dimpotrivă, eu l-am dinamizat mai mult, renunțând la propriile mele ambiții.

De-a lungul timpului, am acumulat mai multe tentative de a mi se face curte din partea unor bărbați, dar relațiile nu au devenit stabile, pentru că eu sunt o perfecționistă. În epoca postmodernă femeia contemporană a scăpat de prostie și e conștientă că profesia și cultura sunt investiții mai generatoare de profit decât dragostea. Căsătoria nu e o relație paritară, căci nu există dragoste democratică. Bărbații nu iubesc femeile emancipate, căci le retează lor din putere. Nu m-aș putea odihni

cu un bărbat în pat. Ar trage pătura de pe mine. Dar nici singură nu e bine... când deschid frigiderul de acasă îl găsesc aproape gol, și rece precum inima mea. Atunci îmi vine să mă întorc la birou.

În loc să mă bucur de ceea ce am realizat, de salariul meu colosal, mă gândesc la tot ceea ce nu am realizat! Mi-a fost toată viața frică de dragoste. Mi-a fost teamă să mă îndrăgostesc. Așa că trăiesc de pe o zi pe alta, ocupându-mi mintea cu gânduri de la serviciu. M-am dus odată la spovedit și m-am simțit ridicolă. Nu m-am putut relaxa, nici exprima... fie gesticulam excesiv, fie zâmbeam nervos, fie lăsam lungi pauze de liniște, de rușine, de suferință. M-am întâlnit cu o parte din mine necunoscută, pe care nu vreau să o accept, care nu știe să plângă, împotriva căreia lupt cu furie... îmi cheltuiesc energiile pentru a atinge obiective pe care alții mi le-au fixat, într-o continuă nevoie de a demonstra ceva... simt o mare absență care reclamă o prezență! Sunt strivită într-un labirint de proiecte care nu sunt ale mele. Toată ziua mi-o petrec la birou repetând subalternilor poruncile șefului, nuanțându-le, căci nu mă încred în ei... Lumea afacerilor e plină de indivizi lipsiți de simțul datoriei.

Nici nu mă pot închipui într-o relație de dragoste cu un bărbat. La adolescență îi cam alungam pe toți cei care mă curtau, acuzându-i că nu mă înțeleg. Poate că deja de atunci era în mine ceva ce nu funcționa. Așa că am rămas singură, invidiată pentru succesul meu, pentru independența mea. Dar... nu am un tovarăș de viață pentru a construi un proiect de viață personală.

Îmi amintesc iarăși că dintru început eram șefă foarte responsabilă, lucrând într-un ritm masacrant. Trebuia să mă mai lupt și cu anumite colege invidioase, care mă considerau spioana șefului. Cred că unii colegi mă consideră o șefă isterică. Sunt sigură că atunci când mă voi pensiona, voi fi repede uitată de angajații acestei multinaționale în care mi-am cheltuit cei mai frumoși ani ai vieții.... Ce să mă fac?

După o pauză....

De când mă întâlnesc la discuții cu un preot, îmi văd viitorul mai puțin negru. Sunt mai liniștită privitor la ceea ce va urma, chiar peste 20 de ani, după pensionare..., cred că îmi voi descoperi noi interese, noi prietenii, care îl vor substitui pe director. Îmi dau seama că alții pot avea asupra mea doar puterea pe care eu însămi le-o îngădui! Mă simt eliberată și pot să înfrunt viitorul cu o viziune nouă. Șeful mă admonestează prietenește și complice: Domnișoara Paula, mai nou, nu ești la fel de mult dedicată biroului! Are dreptate! Mă simt mai liberă și mai puternică. Nu serviciul este pe locul întâi în viață! Sper într-un viitor senin, fertilizat de multă dragoste! Dar cum să o obțin?....

Analiză pastorală culturală contextuală:

Prin alianța realizată la locul de muncă cu un om de mare prestigiu profesional, social și intelectual, precum directorul, Paula a găsit, inconștient, o paradigmă substitutivă a tatălui, o imagine de tată protectiv care a luat locul tatălui biologic mort prea repede. O parte din

universul ei psiho-afectiv a rămas ferm anexată la **atașamentul fetiță-tată din copilărie**, care o împiedică să aibă pe deplin o relație de dragoste, cu atât mai puțin în componentă sexuală, deoarece o percepe drept incestuoasă. Nu se poate deci abandona unui partener care să-i ofere o relație totală și de durată.

Este normal ca fiecare dintre noi să depunem eforturi pentru a fi niște ființe superioare, a fi mai buni, a progresa: aici se înscrie și sublimarea instinctualității. Acest fapt este specific maturizării psiho-afective, dar a obține-o prin intermediul dedicării exclusive muncii, este indiciu de nevroză. *Soțul meu este serviciul* – ar fi lozinca Paulei.

Emanciparea feminină a provocat o criză **multiseculare** în **îngâmfare** **maschiliste**. Grație independenței economice și **detașării maternității de sexualitate** (prin recursul la anti-concepționale), femeia și-a multiplicat rolurile în societatea postmodernă, contestând tradiționalele ei îndatoriri (hrana familiei, igiena casei, educația copiilor).

Așa că a început **o concurență cu bărbatul, declarându-i război**, invadându-i teritoriile consacrate în trecut (munca în afara casei, poziționarea în spațiul public, dobândirea de resurse financiare pentru familie). Dar a reușit să facă aceasta **plătind un preț scump: singurătatea afectivă!**

Analiză pastoral focalizată individual:

Paula devine conștientă că rigidele norme de comportament însușite în copilărie o împiedică să se

angajeze și emoțional pe traseul vieții. Deoarece, încă din adolescență, s-a simțit obligată la responsabilitate, cariera i-a devenit un **bun pretext pentru falimentele afective**.

Când spune: *Nu sunt cicălitoare, ci precisă, minuțioasă!*, e convinsă că este metodică, cu simțul ordinii, dar în realitate ascunde **anxietatea de a greși printr-un exces de precizie**. Întotdeauna bolnavul de anxietate este și meticulos, implicându-se în muncă într-o manieră scrupuloasă. Paula a ajuns sclavă rigorii și dedicării, acționând cu rigiditate perfecționistă, și alungând afecțiunea.

Dacă cineva nu reușește să trăiască **relaționalitatea** într-o manieră matură, inconștient încearcă să găsească realizări secundare, compensatorii frustrațiilor, și evitând să se gândească la cauzele adânci ale angoaselor sale, pentru a nu da peste dezamăgiri, frici din trecut, care îi flanchează așteptările negate.

Dacă nu beneficiazi de **o viață privată senină**, sau există tulburări în plan afectiv, ai **tendința de a plonja în muncă, convins că ea nu te va trăda niciodată**, până când carențele interioare se acutizează și te constrâng să reflectezi asupra propriilor imaturități. Dacă vei conștientiza cu adevărat situația ta, vei dobândi puterea să o exprimi în cuvinte și să-ți cucerești o nouă poziție, să-ți conturezi propria identitate. Paula a început să descopere **superioritatea relaționalității afective asupra celei profesionale**.

Abordarea psiho-pastorală **presupune o revizuire de ansamblu a modului de a a-ți trăi viața și a**

idealurilor existențiale. Nu oferă soluții miraculoase, nu vindecă instantaneu durererile vieții pământești; **succesul ei depinde enorm însă de dispoziția spre creștere a beneficiarului.**

1.4. Rolul ascultării active

Confirmarea faptului că mesajul a fost corect receptat, grație feedback-ului (care presupune exprimarea obiectivă a ceea ce a înțeles și a ceea ce simte beneficiarul comunicării) are efecte pozitive nenumărate, precum:

- evitarea unui conflict;
- schimbarea comportamentului deranjant;
- evidențierea acelor situații, comportamente, contexte care declanșează emoții plăcute.

În mod particular, în comunicarea pastorală, preotul păstor trebuie să se asigure (referitor la percepția mesajului său de către enoriași):

- dacă s-a emis corect și nedeformat mesajul;
- cum este acesta recepționat de credincioși;
- la ce reacții sau rezultate poate să se aștepte;
- cât reprezintă respectiva comunicare din ansamblul mesajului hristic;
- care este dispoziția în viitor de acceptare a mesajului și de punere a lui în practică, astfel încât ascultarea să fie activă.

Ascultarea activă face trimitere deci la modul de înțelegere și receptare a mesajului, implicând încurajarea

partenerului de discuții printr-o serie de gesturi și comportamente ce vizează:

- clarificarea nelămuririlor;
- demonstrarea înțelegerii mesajului transmis;
- interesul pentru discuții;

astfel încât receptorul (în cazul nostru enoriașul) să-și poată exprima o opinie vizavi de cele spuse (astfel există posibilitatea de a schimba ceva în situația dată).

Dar, exista și situații în care, se manifestă, conform lui Burns D. (1989), atitudini care ne împiedică să-i ascultăm pe ceilalți, cum ar fi:

- convingerea că dreptatea este de partea noastră (subiectul e tributar mentalității că „numai el are dreptate și celălalt se înșeală”);
- blamarea (individul este convins că problema a fost generată de greșeala celeilalte persoane);
- nevoia de victimizare (individul își „plânge de milă” și consideră că ceilalți îl tratează cu superioritate pe nedrept, și aceasta în virtutea egoismului și lipsei lor de sensibilitate);
- scoaterea din cauză (persoana nu-și poate imagina că a contribuit în vreun fel la crearea problemei survenite, pentru că nu e capabil să sesizeze impactul propriului comportament asupra celorlalți);
- defensivitatea (subiectului îi este atât de teamă de critică, încât nu are puterea să audă ceva negativ sau corectiv la adresa sa);
- hipersensibilitatea la constrângere (persoana se teme să cedeze, din frică de a nu ajunge dominat);

- pretenția de solitudine dusă la extrem, pretenția de disponibilitate perpetuă a celorlalți (persoana se crede îndreptățită de un tratament special din partea celorlalți și se simte frustrată atunci când nu este tratată așa cum s-a așteptat);
- egoismul (subiectul dorește un anumit lucru, într-un moment anume, și se exprimă nevrotic dacă nu-l obține; nu este interesat de ceea ce cred sau simt alții privitor la respectiva situație);
- neîncrederea (subiectul se înconjură de un zid de teamă că, dacă va asculta și va căuta să înțeleagă ce simt și ce gândesc ceilalți, aceștia vor profita de el);
- nevoia compulsivă de a oferi ajutor (subiectul simte nevoia să-i ajute pe ceilalți, deși aceștia nu doresc decât să fie ascultați, și el nu-și dă seama de aceasta, fiind copleșit de nenumărate gânduri de intervenție).

Iată o mărturie care ne invită trașant la a avea în vedere, ceea ce se menționa anterior :

„În relația mea cu Matei eu caut respectul, încrederea, iubirea, dar cu el nu pot fi deloc liniștită și fericită. Are permanent un comportament agitat, neliniștit, contaminând cu tensiunea lui pe cei din jur. Frica de a fi trădat îl face insuportabil: mă sună de nenumărate ori pe zi, «pentru plăcerea de a mă auzi» – declară. Eu cred însă că o face pentru a mă controla. Dacă nu îi răspund, se înnervează și apoi cade în depresie. La începutul relației noastre, gelozia lui mă făcea să mă simt importantă, chiar dacă atitudinile lui inchizitoriale mă puneau în derută. Dar

acum sunt epuizată. Pentru mine, a iubi înseamnă și a renunța, a face spațiu celuilalt, a-i dărui atenție și tandrețe. El nu o face...

La începutul relației noastre, aveam un principiu călăuzitor: să îl mulțumesc cu orice preț. Chiar aveam certitudinea că, dacă nu îl mulțumesc în detaliu, îl voi pierde, și nu am suficiente calități pentru a fi iubită de un alt bărbat! Cu timpul însă, relația a devenit ștrangulantă. Lucrurile s-au degradat continuu, căci el pare acum să vrea să-mi controleze gândurile, sentimentele, emoțiile. Mă vede ca pe o proprietate a lui, ca pe un obiect: îmi caută în geantă, îmi citește notițele de pe celular, emailurile... totul, pentru a descoperi probe ale unor posibile trădări.

«Nu sunt în centrul gândurilor tale!» – îmi reproșează adeseori. Și chiar așa și este, căci de când sunt astfel hărțuită, nu mai reușesc să construiesc cu el un **raport de complexitate**. Suspiciunea lui că sunt pregătită permanent să-l trădez îmi provoacă o stare de insecuritate perpetuă. Am ajuns să fiu dispusă să mărturisesc până și trădări inexistente, pentru ca să îl determin să termine cu torturantele lui presupuneri.

Dacă mă sună un coleg, telefonul lui declanșează represalii: Cine este? De ce a sunat? Nu ai fost clară... Sigur ai conștiința murdară.... Ce loc ocupă el în viața ta? etc... Mi-am dat seama în trei zile de concediu că nu mai pot **suporta iubirea lui bolnăvicioasă** presărată cu amenințări, șantaj, strigăte, agresiune psihică etc. E o relație care mă obligă să **plătesc un preț prea mare**, o relație **periculoasă pentru identitatea mea**. O relație care mă devorează

*și mă distruge. Închipești-vă, în aeroport, m-a făcut de minune strigând de la distanță, când eu mă aflam la coada pentru viză: «Cățea! Te grăbești să ajungi acasă pentru ca să-ți întâlnești concubinul!..». În clipa aceea **m-am dezîndrăgostit definitiv**. Mi-am dat seama că **o duci mult mai bine singură decât cu un astfel de om !”***

1.5. Stiluri ale comunicării orale

În cele ce urmează vom structura demersul nostru pornind de la cei 5 W (Who says what, in which channel, to whom, with what effect), inspirându-ne din Stanton N. (1995) delimitându-i sub forma:

1. De ce? – scopul

- o De ce comunic?
- o Care este scopul meu real când scriu sau vorbesc?
- o Ce sper eu să realizez? (o schimbare de atitudine? de opinie?);
- o Care îmi este scopul? (să informez? să influențez? să conving? să fac conversație?)

2. Cine? – interlocutorul

- o Cine este, cu precizie, receptorul mesajului meu?
- o Ce fel de persoană este? (ce personalitate are? educația? vârsta? statutul social?)
- o Cum va reacționa la conținutul mesajului meu?
- o Ce știe el deja despre conținutul mesajului meu? (puțin? nimic? mai mult sau mai puțin decât mine?)

3. Unde și când? – locul și contextul

- Unde va fi interlocutorul (receptorul) meu când va primi mesajul meu? (care elemente ale mesajului meu nu sunt cunoscute, astfel încât va fi nevoie să-i reamintesc faptele?);
- În ce moment sosește mesajul meu? (este prima informație pe care o primește?);
- Care este relația mea cu ascultătorul? (mesajul transmis este un motiv de controversă între noi? Atmosfera este încărcată sau încordată?);

4. Ce? – subiectul

- Ce vreau exact să spun?
- Ce aș dori să spun?
- Ce dorește el să știe?
- Ce informații pot omite?
- Ce informații pot da pentru a fi: clar, concis, amabil, constructiv, corect și complet?

5. Cum? – tonul și stilul

- Cum voi comunica mesajul meu? (în cuvinte? în imagini? cu ce cuvinte? cu ce imagini?);
- Ce mod de comunicare va fi mai apreciat? (scris sau vorbit? o scriere, o discuție personală sau un interviu?);
- Cum voi organiza informațiile pe care să le transmit?
- Cum voi obține efectul dorit? (ce ton trebuie să folosesc pentru a-mi atinge obiectivul? ce cuvinte

trebuie să folosesc sau să evit pentru a crea o atmosferă plăcută?);

- o Și, pentru a avea feedback pozitiv la toate întrebările anterioare, este necesar ca să facem apel la modul în care-l oferim și apoi îl primim într-un context dat:

a) **Oferim** feedback-ul prin:

- Descrie exact comportamentul care te deranjează;
- Expune consecințele comportamentului la care te referi;
- Referă-te la comportament și nu la persoană;
- Referă-te doar la ceea ce poți observa direct;
- Când oferi feedback negativ va fi pe un ton ferm, dar calm (ai grijă unde o faci, în ce context și cine te mai poate auzi);
- La un feedback negativ, introdu obligatoriu și aspecte pozitive;
- Ai grijă ca persoana să înțeleagă că este părerea ta;
- Verifică dacă persoana a înțeles exact ceea ce ți-a plăcut sau ceea ce te-a nemulțumit;
- Oferă-i persoanei căreia îi comunică feedback-ul tău șansa de a analiza cele spuse de tine;

b) **Primim** feedback prin:

- Propunem și un alt spațiu cadru de desfășurare a discuției;
- Ascultă cu atenție ce ți se spune;
- Clarifică orice nelămurire, asigurându-te că ai fost corect înțeles;
- Înțelege că nu toată lumea știe să ofere un feedback corect și nu te supăra;

- Privește-l ca pe o oportunitate de a-ți îmbogăți comportamentul;
- Asigură-te că persoana și-a spus corect părerea;
- Analizează feedback-ul primit și nu te grăbi;
- Nu te mulțumi sumar, cere o a doua părere;
- Oferă-i persoanei șansa de a analiza cele spuse;

Nu este dificil să constatăm complexitatea actului comunicării; ea presupune întotdeauna un set specializat de componente interpersonale, utilizate într-o situație dată – Craiovean M. P. (2006). Același autor inventariază o serie de stiluri de comunicare, surprinzându-le diferențiat unele caracteristici, cum ar fi:

1) Directiv:

- Comunicarea este unidirecțională;
- Comunicatorii invită ca ideile lor să aibă prioritate;
- Comunicatorii îi conving pe ceilalți să acționeze așa cum doresc ei;
- Comunicatorii își folosesc puterea și autoritatea pentru a se face ascultați;
- Comunicatorii recurg la manipularea interlocutorului;

2) Egalitarist:

- Comunicarea e bidirecțională;
- Comunicatorii stimulează generarea de idei de către ceilalți;
- Comunicarea este deschisă și fluidă;

- Comunicarea este prietenoasă și caldă, bazată pe înțelegere reciprocă;

3) Structurativ:

- Comunicarea este orientată către sistematizarea mediului;
- Comunicatorii îi influențează pe ceilalți prin citirea procedurilor, standardelor, aplicabile situației;
- Comunicarea este orientată spre clarificarea sau structurarea problemelor;

4) Dinamic:

- Comunicarea se exprimă scurt și la obiect;
- Comunicatorii sunt sinceri și direcți;
- Conținutul comunicării este pragmatic și orientat spre acțiune;

5) De abandon:

- Comunicatorii se supun dorințelor celorlalți;
- Comunicatorii se arată de acord cu punctele de vedere exprimate de ceilalți;
- Comunicatorii sunt receptivi la ideile și contribuțiile altor persoane;
- Comunicatorii cedează responsabilitatea altor persoane, asumându-și doar un rol suportiv;

6) De evitare:

- Comunicatorii evită procesul de comunicare;
- Nu doresc exercitarea vreunei influențe;

- Deciziile sunt luate în general independent, nu interactiv;
- Comunicatorii evită subiectul aflat în discuție, vorbind despre altceva sau atacându-și verbal interlocutorul; susținând că acestea pot să se adapteze unor anumite situații, important fiind faptul că ele, în cursul unei comunicări trebuie să-și demonstreze eficacitatea comportamentelor ce le dezvoltă.

Iată o luare de decizie independentă, dar greșită, exprimând o atitudine autistă față de viață:

— „Eu, de când am adus copilul acesta pe lume, mi-am dat seama de multe lucruri... și **am realizat o mare mutare de accent**: de pe bărbatu' meu pe copil! Ce nevoie mai am eu de soț? și cu cât apare vreun conflict cu bărbatu' meu, cu atât mai mult intensific raportul cu copilul. Știu că am devenit mult mai mult mamă decât soție... și nu-mi pare rău! Deci, pe soț nu-l mai las să se atingă de mine! Ce-mi trebuie mie intimități cu el? astea s naivități superflue... Și îmi dau seama că acest copil nu are nevoie cu adevărat de tată, căci tot ceea ce are nevoie îi furnizez eu... și apoi, dacă ne gândim bine, bărbatii nu știu să îngrijească un copil... natura a fost clară: nu pot alăpta! Așa că sunt sigură că nu greșesc deloc dacă îl înlătur complet din viața mea pe acest om. Nu am nevoie de el. Îmi sunt suficientă mie însămi. Mă chiar încurcă... Doar eu l-am născut pe copil și l-am purtat în pânțele nouă luni. E al meu. Vreau să nu fiu deranjată!”

În cadrul aceluiași discurs privitor la stiluri, Joos M (după Dinu M. – 2000) vorbește despre cinci stiluri fundamentale de comunicare orală:

- a) stilul rece, necooperant, presupunând lipsa feedback-ului și o apropiere foarte mare de comunicarea scrisă;
- b) stilul formal, caracterizat de un discurs bine organizat și coerent, pregătit dinainte;
- c) stilul consultativ, specific relațiilor interpersonale, formale, în mediul profesional, caracterizat prin absența unei preelaborări și prin situarea într-un cadru comunicațional informativ;
- d) stilul ocazional, specific conversațiilor libere între prieteni (cunoștințe) în care rigoarea discursului este abandonată în favoarea unei comunicări redundante, exprimând apartenența comună la același cadru social;
- e) stilul intim, specific relațiilor intime, caracterizat prin recurgerea la un cod personal în exprimare, urmărindu-se cu precădere intenția (în lipsa oricăror constrângeri de natura convenției lingvistice la nivel de grup sau cultură). Importante sunt sentimentele și trăirile interne ale actorilor comunicării.

Iată o paradigmă de comunicare, stil intim, care exprimă o relație distorsionată.

Abdul:

— *Este nițică încordare între mine și nevastă-mea, dar mă gândesc că e suficientă o călătorie la Băile Felix sau*

pe litoral ca să aplanez contrastul... problema e foarte simplă: eu sunt transgresiv prin natura mea, inclusiv în pat. Așa că, în timpul intimităților conjugale, îmi place să folosesc un limbaj mai trivial, cuvinte mai dure, insulte, o oarecare violență... dar ea este o moralistă puritană, care-i în stare să ascundă cu față de masă lungă și picioarele meselor, darmite ale ei... Eu mă gândesc că, dacă există dragoste, totul este permis, și nu se mai poate vorbi de reguli sociale la acest capitol. Nu-mi place să am limite în intimitate! Sunt foarte atras de emoțiile puternice. Ea zice că eu practic, nu un raport conjugal îmbibat de iubire, ci sex sălbatic, animalic, și că se simte ofensată, jignită, dar – de fapt – eu doar vreau să mă simt bine! Consider că nu-i pentru mine o auto-absolvire și o auto-justificare faptul că am propriile reguli în pat... doar nu ne știe lumea! Cred că problema este în ea, că-i prea timidă și inhibată... Nu-i așa? O puteți vindeca? În plus, o spun clar: nu intenționez să-mi modific atitudinile sexuale: doar n-o să mă feminizez!

Elvira:

– Orbită de dragoste, când eram logodită cu el nu mi-am dat seama ce om este... m-am măritat în grabă, crezând că l-am aflat pe Făt-Frumos... Ce păcăleală! De parcă frumusețea contează, când nu există picătură de tandrețe și deloc masculinitate tandră! El, imediat după căsătorie, a depus toate eforturile posibile să mă transforme într-o femeie fără inhibiții și fără limite... mă simțeam strivită de atot-puternicia cu care mă aborda, mă simt și

acum lovită în demnitatea mea... am fost foarte docilă până acum, de frică să nu-l pierd. Eu mi-aș dori să fiu cu adevărat iubită, să-mi pronunțe numele, să-mi spună fraze afectuoase... pe când-colo... îmi spune „desfrănată” în termeni de jargon și nici nu pot repeta cuvintele lui din momentele de intimitate că mi-e rușine... Eu cred că el nu-i normal... De aceea am și venit la Dumnevoastră... Ultima dată mi-a cerut să-i dau de înțeles că mai e cu noi în pat un alt bărbat, agresor... și m-am simțit așa de umilită... a ajuns să mă și lege de pat. Eu consider că există situații în viață care nu depind de propria voință, și atunci, trebuie acceptate. Există altele însă, care trebuie modificate. Una dintre acestea este salvarea și protejarea sănătății psihice, ceea ce presupune un echilibru între diferitele instanțe care operează în mintea noastră, fără condiționări impuse! Simt că-mi pierd demnitatea când permit soțului să mă transforme într-un obiect. De aceea, dacă nu se corectează, eu divorțez! Ce sfat ne dați?

Analiză psiho-pastorală:

Într-un raport de dragoste, trebuie ca cei doi parteneri să-și clarifice relativ curând propriile condiții, să se apere dacă unul dintre ei vrea să impună ceva unilateral... dacă unul dintre ei înțelege că dragostea presupune violențe și umilințe, înseamnă că nu este capabil să o practice într-o manieră matură și este lipsit de autostimă.

Abdul trebuie să meargă dincolo de egoismul caracterizat de o gândire omnipotentă infantilă, potrivit căreia, totul îi este permis. În viața conjugală,

frontierele dintre licit și ilicit, normal și anormal nu au fost clar delimitate, dar aceasta nu înseamnă că trebuie să se îngăduie ca atitudinile și comportamentele să se dilate până la a simți plăcere dacă produci durere celui-lalt. Mulți exponenți ai Inchiziției în Evul Mediu și-au satisfăcut sadismul, umilind vrăjitoarele înainte de execuție; și astăzi, în multe țări africane, fetițele înainte de pubertate sunt mutilate. Sadismul camuflat, răspândit printre persoanele aparent normale, au impus aceste practici.

Elvira noastră este o femeie agresată atât corporal, cât și psihic, e obiect de abuz, nu de dorință de dragoste. Abdul este incapabil să se relaționeze cu ea pe un plan de egalitate și paritate, de împreună-participare, din cauza unor experiențe din copilărie fixate în psihismul său, care i-au declanșat în erotism un parcurs agresiv.

În spatele unui adult atot-puternic și impunător se ascunde un copil neglijat și maltrat, la vremea lui. Dacă un copil va fi agresat, este foarte ușor ca el să recurgă la maturitate la violență, pentru a se simți puternic. Nesiguranța creează dureroase dubii privitor la propriile calități, conducând la căutarea de continue confirmări externe, și induce comportamente finalizate cu afirmarea sinelui, cu rezultatul clar de a răni demnitatea partenerului, pentru a domina.

Abdul trebuie ajutat să-și depășească ideea prea vivilă despre masculinitate, să-și sublimizeze instinctul sexual, evitând tendința spre posedare și spre putere care sunt rezultatul unei devianțe, să-și cultive potențialul

afectiv, pentru ca sexualitatea să nu mai fie o descărcare de sadism, ci un element de plăcere reciprocă.

Abdul trebuie conștientizat că vena sadică a erotismului său nu este nimic altceva decât o dorință de răzbunare contra femeilor care l-au făcut să sufere în trecut. Subiectul este, de fapt, victima unor pulsuni agresive prezente în inconștientul său, contra mamei, figură care l-a tratat cu ostilitate în copilărie.

Fiecare om constituie o entitate, o individualitate unică și irepetabilă, de aceea există o complexitate de factori implicați în evenimentul de intimitate conjugală. Ritmul și modalitățile variază în aceeași persoană în funcție de trăirile din copilărie, de vârstă, de situația neuro-endocrină, metabolică, psihică, psiho-afectivă și relațională de moment. Și deoarece criteriul de normalitate conjugală este contextual, corelat individului, circumstanțelor și contextului socio-cultural, e dificil să stabilim norme stricte biologice, psihologice și ambientale.

Normalitatea ideală este un concept abstract, nicidecum întâlnit în experiența clinică. Totuși, din punct de vedere psihologic, corespunde mulțumirii interioare reciproce, satisfacției atât la nivel individual, cât și de cuplu. O anumită agresivitate în actul intimității este prezentă, dar este considerată normală cea moderată sub aspect conflictual, cea controlabilă de către subiecți. În aceste condiții, în loc să fie cauză de tensiune, de anxietate și durere, devine izvor de îmbogățire și relaxare.

Lensenciuc A. (2010) surprinde și alte structuri ale stilului comunicării, pornind de la atitudinea emițătorului:

- a) stilul emotiv, caracterizat prin expresivitate, inhibiție, comportament dinamic, atracție față de relațiile formale;
- b) stilul director, presupunând seriozitate, preocupare, comunicare lapidară, gesturi ferme,;
- c) stilul reflexiv, specific persoanelor care se controlează emoțional și care preferă comunicarea formală;
- d) stilul îndatoritor, caracterizat prin răbdare, ascultare activă, apel la forța de convingere a relațiilor personale;
- e) stilul flexibil, caracterizat prin schimbarea continuă a stilului propriu, în funcție de interlocutor;

Evident este și faptul că la nivelul conceptelor sau/și structurilor comunicării, **logistica** poate și este necesar a fi diversă, în funcție de grupul „țintă”, adică de grupul căruia i se adresează comunicarea. Reflecțiile noastre teoretice au menirea de a pregăti în prima fază preotul în demersul său atitudinal-comportamental, atunci când va dezvolta la nivelul enoriașilor o relație structurală de comunicare efectivă.

Prezența afectivă a preotului invită credincioșii să se deschidă lăuntric; iată un astfel de caz:

„Am mari probleme... pe mine mama m-a crescut conform unor reguli foarte rigide, străvechi, structurate în

jurul noțiunii de păcat. Pentru mama mea cel mai mare păcat posibil era cel cu conotații sexuale, păcatul carnal. Știu că ea a pervertit tot ceea ce spune religia referitor la viața intimă, așa că pe mine tot ceea ce ține de sex mă intoxică. Am reprimat sexualitatea cu brutalitate, trăind într-o lume plină de interdicții, frici, inhibiții, fobii etc. Mama mea nu cunoaște bucuria de a trăi, pentru ea viața este o vale a plângerii, presărată numai cu dureri. În plus, ea se consideră **unica depozitară a bunătății** de pe acest pământ, de aceea practică o filantropie exhibiționistă, dând la săraci câte ceva în văzul lumii. Eu cred că nu o face din dragoste creștinească. Tatăl meu, în schimb, a trăit într-o carență afectivă continuă, nu dialoghează cu nimeni, nu acceptă critici, e convins că nimeni nu are ce adăuga la vorbele și sentințele lui. Așa că nu prea am descoperit bogăție emoțională și afectivă la părinții mei. Am sentimentul că nu cunosc alfabetul iubirii. Mă simt așa străin de universul dragostei. Nevastă-mea mă inhibă. Am tendința permanent să mă înstrăinez de viața relațională și să amân orice intimitate cu ea. Toate regulile Bisericii le resimt ca pe o povară, iar dacă mă eliberez de ele mă simt foarte nesigur și nu mai am nici un punct de referință. Parcă vreau uneori să termin cu autocontrolul, cu suferințele născute din singularitatea emoțională. Vreau să iubesc, dar mă tem de refuz... mă gândesc că prin intimitate îmi voi pierde identitatea, mă voi topi, mă voi desființa... ce să mă fac? Cine mă poate ajuta să clarific ce e cu viața mea? Mai am vreo șansă să fiu fericit? Ce ar vrea Dumnezeu de la mine? Pe ce cale să o apuc? Sunt total blocat... într-o derută paralizantă...”

1.6. Barierele comunicării eficiente

Dar, în ciuda bunelor intenții, sunt iminente și situațiile în care, la nivelul comunicării apar bariere ce anulează sau doar minimalizează efectul scontat al acțiunii în cauză. Stanton N. (1995) evidențiază câteva din **barierele puse în fața comunicării eficiente** sub forma:

1. Diferențe de percepție = modul în care noi privim lumea este influențat de experiențele anterioare, astfel că percepțiile (ca și interpretarea unor situații) se realizează în mod diferit, de la om la om; aceste diferențe de percepție sunt numai rădăcina multor alte bariere de comunicare;

2. Concluziile grăbite = deseori vedem și auzim doar ce dorim, evitând să recunoaștem realitatea de ansamblu;

3. Stereotipiile = învățând permanent din experiențele proprii, vom întâlni riscul de a trata diferite persoane stereotipal, ca și cum ar fi una singură, fără să operăm diferențele de la caz la caz;

4. Lipsa de cunoaștere focalizată = este dificil să comunicăm eficient cu cineva care are o educație diferită de a noastră, ale cărei cunoștințe în legătură cu un anumit subiect de discuție sunt mult mai reduse; cel care comunică trebuie să fie conștient de discrepanța între nivelurile de cunoaștere și să se adapteze în consecință;

5. Dificultăți de exprimare = dacă sunteți emițător și aveți probleme în a găsi cuvinte pentru a exprima ideile proprii, aceasta va fi în mod sigur o barieră în comunicare și inevitabil, trebuie să remediați situația;

lipsa de încredere ca și cauză a dificultăților de comunicare poate fi învinsă prin pregătirea și planificarea atență a mesajelor;

6. Lipsa de interes = este una dintre cele mai mari bariere în comunicare (lipsa de interes a receptorului față de mesajul interlocutorului); acolo unde lipsa de interes este evidentă, trebuie acționat cu abilitate pentru a direcționa mesajul astfel încât să corespundă intereselor și nevoilor celui ce primește mesajul;

7. Emoții = emotivitatea, atât a emițătorului, cât și a receptorului, pot constitui o barieră ce poate bloca complet comunicarea; de aceea în asemenea situații e obligatorie atenuarea atmosferei de tensiune, dobândindu-se un echilibru psiho-emoțional;

8. Personalitatea puternică = „ciocnirea personalităților” este una dintre cele mai frecvente cauze ale eșecului în comunicare; e necesar să fim pregătiți pentru schimbări (atât din partea noastră, cât și din partea interlocutorului).

Iată un caz de „ciocnire a personalităților”; e vorba de o „dragostea conflictuală” dintre Alexandru și Violeta....

„Bărbatul meu se comportă cu mine de parcă aș fi mama lui, nu soția! Suntem căsătoriți de aproape 6 ani. Trăiește în lumea lui, compusă din job, sport la sală, ieșiri cu prietenii, neglijându-mă atât pe mine, cât și pe copilul nostru de 4 ani. Când îi fac reproșuri, pare cuprins de remușcări, își cere iertare, promite să remedieze situația, se poartă corespunzător câteva zile, apoi revine la vechea

lui stare. Mi-am dorit un bărbat cu care să am un raport paritar, care să fie pentru mine un sprijin, un reper existențial, să fie pentru mine o sursă de securitate: din păcate, numai așa nu s-a întâmplat!

Constat acum o tristă realitate: eu am de îngrijit și de crescut doi copii, nu unul! Asta pentru că prezența soțului îmi impune aceleași griji ca pentru copil, unul având 4 ani, altul 28! Și bărbatul meu e mai copil uneori decât copilul!... disponibilitatea mea spre toate treburile casei îl scutește pe el să mai facă ceva. Nu-și asumă nici o responsabilitate! Nu e deloc sensibil la stările mele de spirit, nu mi simte emoțiile, nu-i pasă de greutățile mele. Se uită doar la televizor și pe Internet. Eu nu sunt pentru el o parteneră de dialog, ci doar o sursă de comodități: fac mâncare, spăl haine, calc, fac curat, deci o menajeră ideală. În plus, sunt și doică pentru fiul lui! Este incapabil să dăruiască ceva dacă nu primește nimic în schimb. Cu el viața e un troc: bate covoarele doar dacă-l răsplătesc! Mă simt atât de singură și de părăsită, strivită de treburi!”

Alexandru nu se lasă mai pejos...:

„De multă vreme am avansat în viață pe culoare diferite, păcălindu-ne că, de fapt, călătorim împreună. Într-adevăr, uneori eu am jucat rolul băiatului care are nevoie să fie iubit și protejat, iar alteori am fost superior și arogant. Dar noi nu am comunicat niciodată cu adevărat, pentru a ne cunoaște mai bine. Când se părea că vrem să comunicăm, de fapt, ne ofensam. Între noi doi mai există doar tensiune, iar trupurile noastre sunt foarte distante, precum ne sunt și inimile. Nu ne mai vorbim unul altuia,

și nu ne mai dorim unul pe altul. Lamentările ei perpetue m-au îngreșat, iar inima mi-e rece, golită de orice sentiment față de ea!

Cred că asistăm la falimentul căsniciei noastre, iar interpretările ei sunt toate subiective! Știți care-s indiciile clare ale crizei conviețuirii noastre? reproșuri reciproce cotidiene, certurile din motive minuscule, absența plăcerii de a ne întâlni (inclusiv în plan intim) și de a interacționa. Dragostea noastră a murit! Soția mea este o nevrotică cu multe pretenții, cu așteptări imature, vrând să mă îmbolnăvească și pe mine de nevroză. Nu-i destul că a îmbolnăvit relația noastră, nevrotizând-o, ucigând-o chiar! Prin atitudinile ei a blocat intimitatea relației noastre... nu o mai suport, vreau să mă eliberez...”

Analiză psiho-pastorală:

În multe familii tinere se întânește, după o perioadă de mare interes reciproc și o viețuire conjugală fericită, un dezinteres față de intimitate și o prăbușire a dorinței de viață conjugală. Așa că respectivele cupluri substituie pasiunea cu simpatia și cu un oarecare respect reciproc, transformând familia într-un SRL de ajutor și conviețuire.

Statisticile arată faptul că abstenența pe termen lung, la tinerețe, chiar consensuală, duce la separare și divorț. În general, absența raporturilor de intimitate este consecința unor probleme afective. Chiar dacă libidoul este condiționat biologic (neurotransmițători, dopamină, testosteron etc.) el este activat de factori psihologici precum fanteziile, emoțiile și cultura individuală a

partenerilor. Este bine însă de știut că etajul genital al ființei umane funcționează mai mult pe baza inconștientului, decât sub presiune hormonală.

Care sunt cauzele care pot ucide dorința? Boala fizică, situația de doliu, oboseala creată de excesul de muncă, depresia, dragostea redusă față de partener, contextul nefavorabil și relațiile compromise: tensiuni în cadrul cuplului, nașterea unui copil, absența preludiului și a postludiului, igiena personală necorespunzătoare, nesincronizarea, comunicarea proastă, agresivitatea sau erorile de interpretare a dispoziției celuilalt. Patul devine atunci un teren de confruntare!

În **căsnicia tradițională soția se mulțumea să trăiască în funcție de soț și de copii**, punând în plan secundar propriile exigențe. Emanciparea feminină nu doar i-a confiscat bărbatului puterea economică, ci a și diluat dispoziția femeii de a-i fi bărbatului și mamă. Noul statut îl face pe bărbat orfan și fragil.

Privind lucrurile duhovnicește, constatăm agresivitatea reciprocă acumulată treptat. Fiecare a venit în căsnicie cu niște așteptări inconștiente, cu nevoi emoționale nefiltrate rațional: **pentru Alex soția era o figură substitutivă a mamei**, care gătește, spală, se dăruiește total, iar pentru Violeta soțul trebuia să fie o figură substitutivă a tatălui, protectiv și furnizor de securitate. Cele două viziuni și cele două inconștiente au intrat în impact, ciocnindu-se agresiv.

Dialogul duhovnicesc și ședința psihoterapeutică sunt locul ideal unde să explodeze conflictele profunde,

pentru ca cei doi să se detașeze de legătura simbiotică excesivă cu tatăl sau cu mama, ajungându-se la o autonomie sănătoasă. Trebuie sublimată agresivitatea dintre cei doi, transfigurată, în vederea atingerii unei maturități psiho-afective, a capacității totale de a iubi, în interesul celuilalt. Pentru că, **a te înțelege pe tine însuși și a te iubi mai mult, înseamnă, automat, a fi capabil să iubești mai mult și mai bine și pe ceilalți!**

1.7. Ascultarea și gestionarea timpului

Comunicarea pastorală este comunicarea pe care preotul încearcă să o realizeze cu credincioșii, enoriașii, păstoriții. Lui îi rămâne un evantai larg de variante prin care să își articuleze această comunicare. În primul rând, el trebuie să fie un adevărat „artist” al ascultării; înțelept ar fi ca fiecare preot să practice ascultarea eficient, urmând următorii pași:

- Să privească persoana din fața sa;
- Să se oprească din orice altă acțiune și să evite orice altceva i-ar putea distra atenția de la interlocutor;
- Să păstreze o distanță potrivită (30 cm – 1 m);
- Să stea drept sau ușor aplecat înspre persoana care vorbește;
- Să aprobe prin gesturi și cuvinte (dând din cap, rostind expresii de genul: „îhm, înțeleg, da”);
- Să se arate interesat de discuție;
- Dacă nu înțelege ceva, să întrebe, să solicite clarificare;

- Să repete cu cuvintele sale ceea ce a spus persoana ascultată;
- Să nu întrerupă persoana care vorbește și să evite orice fel de poziționare critică;
- Să ușureze situația vorbitorului, intervenind cu expresii care dau glas exact la ceea ce dorea el să exprime;
- Să-i arate vorbitorului că vrea să-l asculte;
- Să renunțe la gesturi care distrag atenția;
- Să se pună în pielea vorbitorului;
- Să fie răbdător, să nu se înfurie;
- Să pună întrebări clarificatoare;
- Să nu fie dur în dispute și critici;
- Să nu se propună ca atotcunoscător.

Ascultarea are nevoie de **timp**, definit uneori ca: „planificare”, „disciplină”, „gestionare”; trebuie să avem în vedere **alocarea lui**, nouă înșine sau/și celor din jurul nostru. De aceea, am considerat de cuviință a-l privi și percepe „material”, adică:

- să ne concentrăm pe calitatea și nu cantitatea lui;
- să-l planificăm în funcție de obiectivele pe care ni le-am propus;
- să ni-l administrăm așa cum credem de cuviință, dând randamentul maxim;
- să ne stabilim în funcție de el prioritățile;
- să ni-l alocăm în luarea deciziilor;
- să facă parte din viața noastră;
- să nu îngăduim nimănui a „ne fura timpul” (să ne ferim de „**hoții de timp**”, de factorii cu potențial cronofag, precum:

- lenea,
- plictiseala,
- internetul,
- jocurile de noroc,
- jocurile pe calculator,
- grupul de prieteni,
- stările depresive etc.).

Ascultarea activă va determina o anumită strategie alocată enoriașului de către preot, făcând ca întreaga comunicare să decurgă fără hopurile unei ascultări pasive, amorfe, nesfârșite, cu o coloratură *lălăită*.

Astfel, preotul, făcând uz de abilitatea sa de a asculta, va:

- culege corect informația;
- înțelege demersul logic al narării;
- coopera constructiv cu pacientul, pornind practic de la cele subliniate de Stanton N. (1995) în relația cu pacientul, știind să:
 - îi încurajeze pe ceilalți;
 - obțină informații întregi;
 - amelioreze relațiile cu ceilalți;
 - poată rezolva probleme
 - înțeleagă mai bine oamenii,

determinând apariția unui întreg comunicativ-relațional, prin **ascultare eficientă** Stanon N. (1995).
Adică:

- **fiți pregătiți să ascultați** = încercați să vă gândiți mai mult la ceea ce vorbitorul încearcă să

spună, decât la ceea ce ați dori dumneavoastră să spuneți;

- **fiți interesat** = orice mesaj poate fi interesant și constructiv pentru ascultătorul inteligent;
- **arătați-vă interesat** = puneți-vă în locul celui care vorbește;
- **păstrați-vă mintea deschisă** = nu trebuie să vă simțiți amenințat sau agresat de acele mesaje care vă contrazic convingerile, atitudinile, ideile și valorile, deci, nu faceți aprecieri pripite;
- **urmăriți ideile principale** = totul depinde de abilitatea de structurare a mesajului, a limbajului folosit și de tendința vorbitorului de a se repeta, ideile putând apărea oriunde pe parcursul mesajului, așa că trebuie să fiți permanent atent;
- **ascultați critic** = fiți și imparțial, fapt care vă ajută să cântăriți cu atenție valoarea dovezilor și structura logică de ansamblu a mesajului;
- **ascultați cu atenție** = atenția poate fi fluctuantă și selectivă, de aceea încercați să nu o lăsați distrasă de la vorbitor de către alți oameni;
- **luați notițe** = ascultați cu atenție și notați după ce a terminat vorbitorul de exprimat o idee;
- **ajutați vorbitorul** = prin gesturi discrete care dau vorbitorului siguranța că este ascultat, iar mesajul său este recepționat;
- **nu-l întrerupeți pe vorbitor** = ascultarea este un proces de autocontrol, iar un bun ascultător nu încearcă să întrerupă comunicarea.

Iată o situație care demonstrează cum o ascultare corespunzătoare îl umple pe beneficiarul comunicării pastorale de înțelepciune, sporindu-i gradul de maturitate psiho-afectivă.

*Pentru mine, femeia cu adevărat femeie este cea liberă de orice inhibiții... îmi place să mă duc la mare căci acolo știu că este exces de ofertă, și cel care are bani – precum eu – are mai multe posibilități de a alege! Acolo, totul se învâрте în jurul acestora: bani și sex! Scopul meu este să mă distrez, și sunt exact opusul **tatălui meu, care și-a construit viața pe spiritul de datorie**. N-a avut timp niciodată să mă îmbrățișeze sau să se joace cu mine, ci **doar să emită interdicții**, deloc necesare. Mama, care lucra cu el la același magazin și rămânea acasă doar Duminica, îi era aliată în pretenții de performanță la școală: cursuri de limbi străine, muzică, matematică... doar după ce am crescut, mi-am dat seama că ei intenționau ca – prin mine – **să se răzbune social pe condiția socială nemulțumitoare pe care o aveau...** aceea de simpli vânzători.... niște frustrați!*

*La biserică mă duceau cu forța... acolo, pentru mine, orice zgomot era un bun prilej pentru a râde; mă avertizau permanent ca nici să nu gândesc vreodată **păcatele sexuale, căci te întinează**; iar preotul cel bătrân avea marea putere să nască în mine o adâncă confuzie privitor la diferențele dintre un băiat și o fată. Preoții și profesorii de religie **m-au păcălit că în religie aș găsi răspuns la toate frământările mele...** la toate întrebările... Doar*

că eu, la adolescență, m-am transformat într-un răzvrătit.

De abia ce m-am angajat și am ajuns la propriul meu salariu, plec des din orașul meu și de două ori pe an merg la mare, cu **interes strict sexual**: vreau **femei care încă știu să-l respecte pe bărbat** și vreau să-mi iau revanșa pentru castitatea impusă ce trebuie să o practic acasă...

După o vreme, dialogul va continua.

În timpul ultimei escapade amoroase cred că m-am infectat cu SIDA... Nu am fost atent.... Dimineața când m-am spălat pe dinți gingiile au sângerat... m-am speriat! După mult timp, m-am rugat! Am o credință așa de oportunistă: când sunt copleșit de frică mi-e mult mai ușor să cred.

Când eram copil aveam deseori vise-coșmar; se făcea că mă prăbușesc într-un hău adânc și întunecat, și mă trezeam brusc în pat, ud leoarcă. Acum sunt hărțuit deangoase și ziua, la serviciu... în fiecare dimineață trebuie să-mi inventez motive pentru a înfrunta, cu mult curaj, ziua... nu mai am dorințe, nici interese... s-a stins în mine pofta de a trăi... aș vrea să mă predau, să renunț... vreau să-mi lichidez trecutul și să-l ard! Nu mă simt deloc la locul meu... când mă privește cineva, am senzația că observă că sunt bolnav...

Iar finalul a fost cam așa:

Au trecut anii de transgresiune, s-au scurs anii de aventuri sexuale... nu mai sunt un vânător sălbatic de fete... m-a cuprins o dorință profundă pentru o **sexualitate circumscrisă unui raport stabil, de durată, marcat de loialitate**.

*Mi-am dat seama că am avut **orizonturi afective foarte restrânse**. De fapt, **libertatea cu care mă făleam nu era altceva decât un simptom al unei nesiguranțe infantile, al unei insecurități specifice celor nematurizați psihic**. Uneori mi-ar plăcea să fiu un cățeluș: atunci s-ar găsi și pentru mine cineva care să mă îndrăgească...*

*Încerc acum să scap de teroarea întunecată a fricilor personale. Am trecut pe lângă realități foarte importante, fără să le recunosc... au fost fete care m-au iubit, dar eu n-am fost capabil să văd asta... doream doar sex, și ele, constatând aceasta, au renunțat... Chiar și în viața religioasă lucrurile sunt valabile, unde **nu am făcut nimic din dragoste, ci doar din obligație**.*

Trecutul nu se va stinge niciodată, și așa este, de fapt, și corect. Îmi amintesc acum ce ne învăța un eremit din Peru, care vorbea din peștera lui spiritelor munților: Nu arunca nimic afară din viața ta! Omului îi sunt utile toate: bucuriile, durerile, succesele, falimentele, dragostea și singurătățile. Vei vedea, mai repede sau mai târziu, că toate-ți sunt folositoare!

Analiză psiho-pastorală:

Mulți părinți transferă asupra copiilor propriile ambiții și îi instrumentalizează în vederea realizării propriilor lor proiecte de viață, nerealizate la vremea lor, sau pentru a face din ei niște copii xerox ale lor: îi obligă din copilărie să facă ore de limbi străine, inoculându-le un spirit de concurență agonică din fragedă pruncie.

Potrivit psihologiei abisale, concediul este o tentativă de evadare din real, o refugiere în copilărie din fața presiunilor cotidianului. Persoana adultă îl trăiește uneori ca o regresivitate, dar o regresivitate necondamnabilă dacă nu este excesivă, căci este utilă echilibrului psihic al fiecărui om. Chiar și în bătrâni mai trăiește un copil cărui îi place răsfațul.

Pentru Robert însă concediul este o adevărată orgie genitală, în timpul căruia dă frâu liber instinctualității, neglijând nu doar sentimentele, ci și controlul de sine și protecția. În pelegrinările sale turistice, atracția înseamnă un exclusiv interes fizic, trădând **o mare singurătate, care maschează o enormă foame de dragoste! Aventura sexuală întrucât satisface doar patima și este privată de orice proiect de viață**, e condamnată să se epuizeze repede.

Din păcate, adeseori *pleacă în concediu* și bunul simț, și echilibrul: mulți ajung la raporturi riscante, și întrucât Virusul imunodeficient stă la pândă, pentru mulți plăcerea se transformă ulterior în anxietate paralizantă.

SIDA a readus în actualitate subiecte religioase de mare prestigiu cândva, aruncate apoi la coșul de gunoi: castitate, loialitate, înfrânare. Se redescoperă valoarea monogamiei, a intimității afective. Frica de SIDA este născută din frica de o plăcere sexuală care aduce cu ea moartea, precum era, pentru generațiile trecute, venerofobia, frica de bolile venerice. În adâncuri este vorba despre pedeapsa venită drept consecință a unei sexualități percepută în inconștient ca fiind culpabilizatoare.

Înveți să iubești și să te lași iubit în primii ani de viață. Dacă însă ai parte de părinți non-afectivi și instrumentalizatori, la maturitate nu poți trăi natural sentimentele: îți rezervi ție însuși același tratament pe care l-ai primit în copilărie: drept urmare, te aperi, neoprindu-te pe termen lung la nimeni, tocmai pentru a evita să te îndrăgostești și apoi să suferi.

Din punct de vedere psihoterapeutic, **cel mai bun mod de a ajuta pe cineva este acela de a-l face capabil să se ajute singur**, adică responsabilizându-l. Inconștientul este locul unde sunt **sedimentate motivațiile profunde ale comportamentului**, și ceea ce nu s-a realizat în perioada de creștere, poate să fie recuperat prin psihoterapie și viață duhovnicească.

Există mutații interioare, de mare magnitudine, subterane, adică în adâncurile psihicului, în inconștient, care apoi germinează, precum sămânța, în conștient!

Totodată, timpul își regăsește cadența și trecerea sa prin matricea proprie fiind:

- zilnic;
- săptămânal;
- lunar;
- trimestrial și
- anual,

ducându-ne cu gândul invariabil la versurile blagiene („În marea trecere” – 1924):

„Oprește trecerea,
Știm că unde nu e moarte,

nu e nici iubire,
și totuși te rog
oprește, Doamne,
ceasornicul cu care
ne măsoară destrămarea”

Am putea deci să ne **gestionăm corect timpul**, fapt ce ne va ajuta în comunicarea cu enoriașul, în așa fel încât până la întâlnirea cu el să:

- înlăturăm stresantul „nu am timp”, „mă depășește timpul”;
- să știm ce anume să facem în acel timp/moment („acum” și „aici”);
- să reconsiderăm valoarea timpului pornind de la cauză și ajungând la efect;

astfel încât **dialogul – ascultarea și timpul** să formeze elementele care să mențină atenția noastră asupra interlocutorului. Comportamentul să nu ne fie afectat de:

- starea noastră afectivă;
- modul de funcționare cognitivă;
- sistemul de cerințe;
- normele morale la care ne raportăm.

Acest demers face trimitere în continuare spre ceea ce reprezintă **comportamentul în comunicare** sub aspectul **forțelor puse în acțiune**. Acestea sunt:

- a) – forțe pozitive = cele care corespund nevoilor de perfecționare, de atingere a unor obiective, de auto-realizare; ele creează tensiuni pozitive, care vor da naștere unui tip de comportament ce vizează

rezolvarea acestora, rezultanta fiind – comportamentul de apropiere;

- b) – forțe negative = acestea corespund nevoilor de a ocoli anumite obiecte sau situații, de a face în așa fel încât să se poată evita un anumit eveniment; aceste forțe creează tensiuni negative care stau la baza comportamentului de evitare.

Este posibil ca la început de drum în activitatea pastorală, preotul să dezvolte unul dintre comportamentele „tipar”, el fiind în căutarea unei „conduite” cât mai naturale și mai „normale”. În acest caz, Abric J.C. (2002), se oprește asupra **factorilor** care influențează **codul și canalul de comunicare**, prin variabilele ce le creează:

- 1) psihice sau obiective = pentru orice comunicare există un cod optim, acela care permite cea mai bună înțelegere a mesajului transmis, un rol important având în acest caz adaptarea limbajului la interlocutor;
- 2) psihice și psihosomatice = unde distingem:
 - a) efectul de „hollo” = este creat de rezonanța simbolică pe care o poate avea un anumit cuvânt pentru actorii comunicării;
 - b) cuvintele șoc = sunt extrem de dificil de controlat având în vedere faptul că de multe ori se leagă de istoria proprie a individului receptor
 - c) ponderea cuvintelor = poziția centrală a unui termen este determinată de natura și importanța informației pe care acesta o vehiculează; de ierarhie, context și în special de finalitatea situației;

d) ordinea cuvintelor = este importantă în atribuirea unor semnificații, în general, primele cuvinte sunt esențiale, deoarece sunt o anticipare a continuității mesajului, cât și ultimele, ca mesaj.

Iată o manieră de comunicare a propriilor stări interioare, de mare intensitate emoțională:

Se destăinuie, Marina: „*Trebuie să fac ordine în mintea mea... duc o viață plicticoasă, fără nici o tresărire emoțională: nu exist în inima niciunui bărbat și știu că nu am oferit nimănui nici o posibilitate de a mă întâlni... de vreau să primesc un sărut n-am decât să mă ating singură cu mâna pe obraz, căci la mai mult nu pot visa... a rămâne singură înseamnă a descoperi cu tristețe că ceilalți nu prea știu că ești, te ignoră, nimeni nu știe cine ești... la vârsta mea, cealalte fete au luat o decizie, pe când eu sunt o frunză bătută de vânt... nici un băiat nu mă reperează; asta nu pentru că nu aș fi frumoasă sau aș părea bătrână, ci pentru că de mică am fost victima șantajurilor afective ale părinților. Așa că acum locuiesc cu ei din necesitate, obligată de împrejurări, nicidecum ca dovadă de dragoste și fidelitate față de ei.*

Când eram mică am simțit o explicită interdicție din partea lor de a crește (și de a dobândi independența psihologică), ascunsă în spatele cuvintelor: Dacă te îndepărtezi de noi și te îndrăgostești, noi vom suferi enorm...! Asta înseamnă abandon! Le convenea lor să rămân o fetiță ca o păpușă, de admirat public... Așa că eu m-am blocat între impulsul biologic de a crește și învinovățire continuă.

Această senzație s-a tot accentuat, devenind sufocantă. Iată-mă fată bătrână, a nimănui, neiubind și nefiind iubită de nimeni!

Nu mai sunt la locul meu de mult timp și constant că iubirea care părea că mi-o dau părinții mei nu există... cu ei am acum relații reci, care nu mă împlinesc. De exemplu, tatăl meu este un nostalgic încremenit în prejudecăți, și asta chiar în fața evidențelor contrare. El nu se exprimă decât criticând și având atitudini nervoase și mortificante. El, de fapt, nu vorbește, ci agresează verbal. Pentru el nu există: Te rog!, Fii drăguță!, Dacă ai putea..., ci doar: Trebuie! Fă! Dă-mi! Niciodată în viață nu l-am îmbrățișat. Ieri seară mi-a făcut scandal că de ce am fost la coafor, că am stricat banii. Să nu vadă că mi-a venit să plâng m-am prefăcut că trebuie să șterg praful din vitrină... A devenit de nesuferit!

Mama, în schimb, a devenit o dependentă de televizor, de telenovele și show-uri. Cu ea cred că m-am certat mai înainte chiar de a învăța să vorbesc. Știți ce face? Vorbește cu mine uitându-se la televizor fără să verifice dacă o ascult! Tot timpul îmi reproșează: Doar ți-am spus! Când mi-a spus? Când eram sub duș și nu auzeam, sau eram în altă cameră, sau televizorul ei mergea la refuz. E o mamă foarte rece din punct de vedere afectiv, dar de o ferocitate psihică devastatoare! Trăiește doar în funcție de tata și a devenit un xerox după el. Mi se pare adesea că se adresează unui obiect, nu fiicei ei.

Părintele la care mă spovedesc mi-a cerut ferm să îmi văd de propria viață. Simt că îmi doresc enorm dragostea

unui bărbat. De partea mea e doar frumusețea fizică... Dar nu este deloc ușor să mă accept pe mine însumi, cu fragilitățile mele, cu trecutul meu. Sper ca și viitorul tovarăș de viață să o poată face. Mă distanțez ferm de părinții mei care vor să mă înhibe cu sentimente de vinovăție. Am avut până acum o reacție automată de a fugi de orice băiat se apropie de mine. Acum sunt pregătită să îmi iau viața în mâini, pe cont propriu, excluzându-i pe părinți. Îmi doresc atât de mult o îmbrățișare caldă care să-mi aprindă inima. Când iubești și ești iubită, reciprocitatea te extaziază... vreau să devin protagonistă a propriei vieți, nu spectatoarea! Vreau să iubesc!”

Analistul: Un mare pas înainte face tânăra noastră atunci când constată că ea nu este doar victimă, ci și complice, deoarece a decis să rămână în familie din oportunism. Chiar dacă această interpretare îi provoacă în prima fază iritare, în faza a doua o va stimula să se autonomizeze, să se emancipeze din punct de vedere psihologic. Când familia de origine devine o frână și impune mari limite dezvoltării personale și evoluției vocaționale, e importantă detașarea, pentru a avansa pe propriul culoar existențial. Nu mai este vreme pentru remușcări, ci timpul scurs trebuie recuperat! Tânăra începe să facă distincție clară între ceea ce i-ar pretinde în continuare conformismul familial și ceea ce este în interesul ei, ceea ce se naște din adâncurile ființei ei. Ea trebuie să-și găsească resursele interioare pentru a lua decizii corective, pentru a-și oțeli voința, în vederea

eliminării contradicției dintre voința ei și libertatea atât de mult limitată de părinți.

1.8. Actorii comunicării și mecanismele proiective

Un rol important revine și modului în care are loc **alegerea canalului de comunicare**, acesta având:

- a) puternice conotații date de dimensiunea socială a situației;
- b) se referă la modul de transmitere a mesajului (voce, scris, gest) și a condițiilor fizice (poziția în spațiu, locul întâlnirii);
- c) existența a două tipuri de dispunere spațială, care favorizează comunicarea, și anume: față în față și alături.

Acestora li se adaugă „piesele” de bază ale comunicării: **preotul și enoriașul**, amândoi având rolul de actori ai comunicării. Feertchak (1996) spune că orice individ care comunică este direct implicat în situația de comunicare, angajându-se în ea cu personalitatea sa și cu propriul sistem de nevoi, care îi determină motivațiile.

Ei, actorii comunicării, sunt cei mai în măsură să:

- aleagă limbajul;
- gândească cuvintele folosite;
- înlănțuiască cuvintele în ordinea dorită;
- să transmită cuvintele/informația printr-un canal.

Toate acestea, în așa măsură încât, Blakar (1979), emițătorul (actorul) devine un creator care, prin mesajul său, furnizează un întreg ansamblu de informații –

semne cu privire la propria persoană, la viziunea sa asupra obiectului comunicării și la situația socială pe care o dorește sau o percepe. Toate acestea vor fi percepute, interpretate și evaluate de către interlocutor, determinând reacțiile, angajamentul, receptivitatea sau blocarea acestuia.

Practic, este evident că în cadrul comunicării dintre actori este necesară existența unui scop, prin care să se urmărească:

- atingerea anumitor obiective;
- evitarea anumitor situații periculoase,

scop menit a dezvolta un anumit comportament care să determine normalitatea actului în sine. În acest context, este important rolul mecanismelor **proiective și de apărare** care apar la nivelul actorilor comunicării propriuzise.

1) Mecanismele proiective constau în:

- a) asimilarea gândirea celuilalt, adică a pune pe seama acestuia propriile sentimente, a crede că el funcționează ca tine (e o formă de exprimare a lipsei comunicării, nu-l iei cu adevărat în seamă pe celălalt, tu nu ești băgat în seamă, cu adevărat);
- b) a atribui celuilalt o serie de atitudini menite să justifice sentimentele și comportamentul subiectului față de acesta (justifică atitudinea negativă sau refuzul de a comunica);

2) Mecanismele de apărare apar pentru menținerea sau restabilirea echilibrului individului; mesajul să corespundă structurii anterioare atitudinii sale (ce

nu-i convine, ce nu știe), se declanșează starea ca atare ce are ca scop protejarea sistemului personal de funcționare prin:

- a) scotomizare = este echivalentul aplicării unui filtru selectiv care nu permite decât trecerea informațiilor convenabile, neutre sau inofensive și este un proces constând în eliminarea unei informații incomode, care nu mai sunt receptate deloc;
- b) interpretarea defensivă = a conferi unei informații o semnificație diferită de cea reală, dar conformă cu ceea ce am dori să reprezinte; informația poate fi respectată și memorată corect, dar este transformată într-un sens conform cu expectanțele sau cu sistemul de atitudini ale subiectului;
- c) negarea autorității sursei = dacă informația ridică unele probleme, individul are tendința să o devalorizeze, punând la îndoială: autoritatea, competența și buna credință ale celui ce se află la originea acesteia; informația este devalorizată și își pierde statutul de informație, putând fi neglijată sau eliminată.

Foarte importante în comunicarea preot-enoriaș sunt cele trei elemente, și anume:

- 1) Reprezentarea de sine = eul intim și eul public;
- a) Eul intim este părerea pe care și-o face individul despre:
 - sine;
 - forțele și slăbiciunile sale;

- adevărata sa competență;
- caracteristicile personale;

El este privat, necunoscut de ceilalți și neexprimat; este fundamental însă în determinarea comportamentului individului;

b) Eul public este „eu”-l declarat, legat de imaginea de sine;

- comportamentul va fi dictat de imaginea de sine pe care dorim să o prezentăm celorlalți;
- individul se va comporta și va reacționa în funcție de ceea ce crede că este și de ceea ce vrea să pară;

2) Reprezentarea despre celălalt = este imaginea partenerului de comunicare, având caracteristici:

- a) psihologice (personalitate);
- b) cognitive (competența);
- c) sociale (statut) al acestuia;

Imaginea va interveni la rândul ei în: natura relațiilor, suporturile utilizate și finalitatea percepută a situației de comunicare;

3) Reprezentarea despre sarcină sau context = apare în funcție de imaginea pe care o are de îndeplinit. Individul va adopta, conștient sau nu, un anumit tip de demers cognitiv, altfel spus, va avea un anumit mod de raționament și va estima care dintre codurile și canalele de comunicare sunt cele mai potrivite actului comunicării.

Iată o exprimare a eului intim într-o solicitare de consiliere.

Petru: „Nu știu ce să mă fac dar trec printr-o mare criză masculină... de mai bine de un an nu mai am avut intimități cu soția, și nici cu altă femeie – cum obișnuiam. Sunt disperat și umilit... am recurs la medicamente, ginseng, testosteron injectabil, Viagra etc., dar cu rezultate modeste. Lângă orice femeie mă simt paralizat, terorizat de frici, zdrobit de angoase, blocat... dorințe de intimitate am numai când sunt departe de femeie.... Îi invidiez pe bărbații care au o dispoziție permanentă spre viață sexuală. Vreau un medicament miraculos care să mă vindece! Am venit la Dumneavoastră după ce am fost la un medic care m-a copleșit cu întrebări și presupuneri: că aș avea un raport greșit cu propriul meu corp, că am experiențe traumatizante de violență din copilărie, că există conflicte inconștiente puternice la mine... într-adevăr, ultima dată când mi-am înșelat soția am făcut-o cu o femeie foarte impunătoare și activă, care dirija ea raportul de intimitate, și care comenta ironic orice mișcare făceam eu în pat, cu expresii de reproș sau dispreț. Am avut ciudatul sentiment atunci că eu, pentru ea, sunt doar o anexă a instrumentului masculin de lucru. Alt doctor, a mers pe varianta biologică și mi-a făcut nenumărate analize, spunându-mi, la sfârșit, că-s perfect sănătos, că n-am de ce să mă plâng din punctul de vedere al dinamicii sexuale. O fi făcut femeia aceea ceva vrăji pe mine? Înainte de a începe mi-a dat un pahar cu suc și a vărsat un praf acolo... zicea că ajută la reușita întâlnirii... De ce am ajuns așa neputincios? Psihanalistul mi-a zis că am avut o relație greșită cu mama, și de acolo mi se trage actualul blocaj.

Dar eu nu înțeleg... așa că am venit la Dumneavoastră pentru a mă ajuta... Știu că Dumnezeu poate orice...”.

O statistică din 15 țări occidentale sudice demonstrează că bărbatul euro-atlantic nu corespunde stereotipului masculin focos și super-viril promovat de mass-media și acreditat de imaginarul colectiv; cu o medie de 119 raporturi conjugale pe an, sudicii sunt mult în urma nordicilor. Se pare că mulți tineri suferă de anxietatea de performanță, care cauzează impotență, complexul microfaliei (obsesia de a fi puțin-dotat). Petru nu mai are raporturi conjugale de mai mult de un an. Cauza acestui fapt nu este nicidecum sublimarea erosului sau vreo vocație în direcția castității asumată religios, nici dorința de moralitate sau asceză, ci o disfuncție erectilă care i-a determinat mai mult insuccese amoroase. Sexualitatea poate fi blocată de inconștient. Ceva a împiedicat, pe parcursul evoluției psihice a copilului, identificarea cu figura paternă de care orice băiat, pe parcursul creșterii, are nevoie pentru a-și construi o identitate virilă.

Analiză: Examinatul s-a demonstrat a fi extrem de nesigur, timid și hiper-controlat. Inhibiția demonstrează blocaje psihice legate de sfera impulsurilor, care are drept rezultat o mare dificultate în a lăsa ca lucrurile să decurgă cu naturalețe. Interesul lui față de lumea exterioară este redus, fiind predictibilă o progresivă izolare de societate. Agresivitatea lui este adeseori interiorizată și inhibată, sau transferată într-o excesivă aparență de calm și politețe. Raporturile lui cu părinții au fost foarte

problematică. Este identificabilă o excesivă legătură cu figura maternă, în timp ce tatăl este perceput ca sursă de angoasă, fiind deci temut și, la urma urmelor, refuzat. Examinatul nu a beneficiat de un model masculin de identificare potrivit, și, în această situație, figura maternă a devenit alternativa de identificare unică. Dimensiunea sexuală a vieții a fost deci repudiată, întrucât a fost sursă de culpabilizare.

Disfuncția de care suferă subiectul nostru este doar un simptom – proclamă psihanaliza – consecința unui impuls incestuos spre mamă; mama este obiectul persistent al dorințelor profunde ale lui Paul, extins ulterior la toate femeile. O slabă relație cu tatăl, o ambivalență în raport cu acesta, au favorizat identificarea cu modelul matern. El nu a depășit deci Complexul lui Oedip, moment crucial al dezvoltării psihologice. Figura feminină a devenit astfel tabu, intangibilă, din frică de a avea un raport prohibit și periculos. Orice relație conjugală e percepută deci de subiect ca periculoasă, deoarece el se teme, în inconștient, de represaliile tatălui, văzut ca rival puternic. În concluzie, Paul are un eu extrem de fragil, fără control afectiv. Agresivitatea și impulsivitatea au fost fie eliminate, fie întoarse contra sinelui, provocând instabilitate, depresie, un acut sentiment de a nu fi la înălțimea așteptărilor. Ce s-ar mai putea face? O intervenție pastoral-psihoterapeutică în direcția consolidării identității de gen a subiectului, care să consimtă explorarea porțiunii de inconștient temută de Petru și – ulterior – gestionarea corectă a acesteia.

1.9. Comunicarea interpersonală

Toate acestea conduc din nou spre **comunicarea interpersonală** privită ca interacțiune – schema S-P-E-A-K-I-N-G- Hymes D. (1974) (după Lesenciuc A- 2010). Această schemă ia în calcul un set mai larg de elemente componente cum ar fi:

- forma și conținutul mesajului;
- cadrul general și cadrul psihologic al comunicării;
- sursa;
- vorbitorul (sau transmițătorul);
- receptorul;
- destinatarul;
- scopurile „rezultate” și scopurile „intenții”;
- cheia comunicării;
- canalul;
- formele vorbirii;
- normele de interacțiune și normele de interpretare;
- genul comunicării,

toate reunindu-se într-o structură simplificată, reprezentând acronimul a opt grupe de elemente componente ale comuniunii ca interacțiune:

S-P-E-A-K-I-N-G

(setting and scene – participants - ends – act sequence – key – instrumentalities – norms – gender).

Aceste seturi de elemente componente oferă o perspectivă mai amplă asupra procesului de comunicare interpersonală (special în cazul nostru) și reunesc:

- 1) **Cadrul general** (setting) al comunicării, care întrunește două componente:
 - a) Cadrul (setting) evenimentului, în general circumstanțele fizice (timp, loc, mișcarea actorilor comunicării, temperatura, zgomotul etc.);
 - b) Cadrul psihologic (scene), presupunând definirea culturală, dar și reunind caracteristici cum ar fi gradul de formalitate;
- 2) **Participanții** (participants) incluzând nu doar persoanele care schimbă între ele replici, ci și pe toți cei prezenți, care participă, într-un fel sau altul, la evenimentul de comunicare, indiferent dacă vorbesc sau nu, respectiv pe inițiatorii și destinatarii finali ai comunicării:
 - a) vorbitorul (sau emițătorul);
 - b) cel care se adresează (addressor);
 - c) ascultătorul (receptorul sau audiența);
 - d) cel căruia se adresează (addressee);
- 3) **Finalitățile** (ends), presupunând scopurile imediate și de lungă durată ale comunicării, care pot îmbrăca una din următoarele forme:
 - a) scopurile–rezultate ale comunicării (purposes – out-comes), scopuri explicite, fixate;
 - b) scopurile – intenții ale comunicării (purposes – goals), situate la un nivel mai profund al intenționalității;
- 4) **Actele** (act sequence), presupunând conținutul mesajului, atât ca intenție a emițătorului cât și ca interpretare a receptorului, precum și forma pe care acesta îl îmbracă;

- 5) **Cheia** (key) în care se vorbește: tonul, maniera sau spiritul în care se performează actul de vorbire: seriozitate, ironie, spirit de glumă etc, și privind deopotrivă și forma verbală și nonverbală pe care o îmbracă actul de comunicare;
- 6) **Instrumentele** (instrumentalities), presupunând alegerea canalelor și a mijloacelor de comunicare, respectiv a codului de adresare și presupunând luarea în calcul a:
 - a) formelor vorbirii (forms of speech) în care primează proveniența resursei lingvistice: limbă, dialect, grai etc, care cer decodare;
 - b) stilurilor de vorbire (speech styles), în care primează inteligibilitatea mutuală;
- 7) **Norme** (norms) care pot fi:
 - a) de interacțiune cu referire la mecanismele interacționale ale conversației;
 - b) de interpretare, presupunând obișnuințele comunicaționale/ normele de interacțiune socială;
- 8) **Genul** (gender) comunicării sau tipul de activitate de limbaj, care comportă forme variate, cum ar fi: conversația, discuția, explicarea, demonstrația, jocul de rol, raportul etc.

O comunicare pastorală reușită îl determină pe beneficiar să își dezvăluie și să își prelucreze corectiv adâncurile insondabile ale propriei ființe și să se vadă cu ochii celuilalt. Iată mărturia unui infidel compulsiv:

„Pentru mine sexul este o mare obsesie... când sunt atacat de neprevăzute atacuri instinctuale, devin ca

turbat... nu mă mai pot controla și plec în căutarea unei femei... chiar dacă mă umilesc..., plătind o prostituată. Dar după aceea, mă urăsc pe mine însumi. Aș vrea să șterg toate acele experiențe, cel mai adesea consumate în **locuri degradante**. De fiecare dată îmi spun că este ultima dată, dar apetitul îmi revine destul de curând. Așa că trăiesc suspendat între tensiune sexuală și depresie, terorizat de această dependență sexuală...

Chiar dacă instinctul e maximal prezent, nu regăsesc în nici o partidă de sex căldura pasiunii adevărate... odată consumat actul, nu-mi mai aduc aminte nici măcar numele fetei. Lipsit de loialitate am fost din fragedă adolescență: am avut permanent senzația că la mine sexul este mai rapid decât inima. Dar am descoperit ceva înfrorător la mine: de îndată ce o fată devenea pentru mine importantă din punct de vedere emoțional, iar nu sexual, făceam totul pentru a dispărea! Ce-o fi cu mine? De ce fug de implicarea emoțională? Undeva am citit că sexualitatea fără emoție e specifică doar animalelor... iar altundeva am citit că fericirea adevărată vine doar dacă le știi conjuga pe acestea două...

Unica aventură cu adevărat **angajantă emoțional** am avut-o cu aceea care a devenit, la 19 ani, soția mea. Cred că a intuit ea că ceva la mine nu funcționează, încă de când îmi era doar prietenă... dar în loc să mă abandoneze, s-a agățat de mine și ne-am căsătorit. Cred că a orbit-o lozinca mea, des repetată: Eu te voi salva!

Dar cu ea nu mai am viață conjugală... Căsătoria mea a devenit o paranteză între o aventură

extra-conjugală și o alta. Sunt însă terorizat de ideea că ea mă va descoperi. N-aș vrea să o pierd. Simt că doar ea mă iubește. Așa că viața mea a ajuns prizonieră unei sufocante rețele de minciuni. Viața mea adulterină mă obligă la multiple precauții. Ca să nu cumva să mă încurc, nu le spun partenerelor mele niciodată pe nume, ci doar: Scumpo!

*Mai recent, am început să mă întâlnesc cu un preot, să mă consilieze... de unde în mine atâta poftă trupească și atâta frică de dragoste? De ce nu le iubesc pe cele la care apelez pentru servicii sexuale, și de la cea care mi-e soție nu pretind intimitate sexuală? Nu mă înțeleg... totul e atât de confuz... singurul lucru care mi-a devenit clar este acela că, dacă mă voi implica și eu emoțional, afectiv, nu greșesc... **dragostea nu este indiciu de slăbiciune!** Probabil știu să prețuiesc pe cel de lângă mine, dovada este soția mea, dar sunt incapabil să iubesc. Sper să învăț... Ce va fi oare cu mine?... ”*

Analiză psiho-pastorală:

Deși Ștefan nu-și dă seama, el nu se teme atât de mult că ar putea provoca durere, ci **se teme că va suferi el durerea**, plin eventuala lui părăsire de către soție. De ce? Pentru că, în inconștient, soția reprezintă pentru el singurul reper ferm, unicul port sigur, unde să ancoreze după multele aventuri cu necunoscute... Prin divorț el ar pierde unica certitudine afectivă, capabilă să-i furnizeze pace și liniște, să-i consolideze stima de sine. Infidelitatea conjugală se naște din **inutile și continue**

verificări ale propriei virilități, în iluzoria tentativă de a fortifica o identitate oscilantă și nesigură de sine.

Întodeauna cel nesigur caută aventuri scurte, anonime, superficiale, pentru că nu este capabil **să-și cupleze instinctualitatea la sentimente și emoții**, separând sexul de tandrețe. E adeptul unei comunicări reci și formale, care exclude complet aspectul emoțional. Este incapabil să experimenteze un raport emoțional pentru că are în trecut, o viață, în familia de origine, care **nu i-a permis să dobândească încredere în relațiile afective**.

Crescut într-o familie absentă, într-un deșert de comunicare a iubirii, Ștefan are mari dificultăți să-și **recunoască și să-și gestioneze propriile sentimente**. Este ceea ce am putea numi un *distrat afectiv*, incapabil să coboare pe terenul relației adevărate de dragoste, o ființă care de mic a fost respinsă, iar **odată ajuns adult răspunde tuturor prin refuz perpetuu al inimii**. De aceea, trebuie condus de mână de către un preot sau un terapeut, pentru a **abandona culoarul instinctualității și al fricii de a iubi** pentru care a optat inconștient, în trecut.

Trebuie cunoscut însă faptul că nu există **vindecare definitivă de această boală**, ci se rămâne într-o **eternă convalescență**. Este o adicție care presupune o anumită abținere până la moarte, întrucât o oarecare tendință spre reluarea adicției, chiar dacă de mică intensitate, nu poate fi eliminată total. Pentru a evita recidiva, e bine să fie introdus într-un grup de suport compus din indivizi care au avut aceeași problemă, pentru a construi o rețea

de prietenii, și pentru a schimba cu aceștia idei, strategii, informații. Iar rugăciunea și participarea la viața bisericească este motorul care va dinamiza întregul demers recuperativ.

Completând registrul larg al comunicării, vom spune că relația preot-enoriaș, se poate exprima în manieră:

a) Verbală = reprezintă tot ceea ce este scris sau spus, Jakobson R (1964), luând în calcul șase elemente (funcții):

- emotivă;
- conativă (persuasivă);
- referențială (cognitivă);
- fatică;
- metalingvistică;
- poetică;

b) Nonverbală = se referă în general la limbajul corpului (mimică, gestică, postură, privire, tonul și ritmul vocii), Stanton N. (1995) fiind cel care depistează cei unsprezece indici non-verbali, sub forma:

- expresia feței = un zâmbet, o încruntare;
- gesturi = mișcarea mâinilor și a corpului pentru a explica sau accentua mesajul verbal;
- poziția corpului = modul în care stăm, în picioare sau așezați;
- orientarea = dacă stăm cu fața sau cu spatele la interlocutor;
- proximitatea = distanța la care stăm față de interlocutor, în picioare sau așezați;

- contactul vizual = dacă privim interlocutorul sau nu, intervalul de timp în care îl privim;
- mișcări ale corpului = pentru a indica aprobarea sau dezaprobarea sau pentru a încuraja interlocutorul să continue;
- contactul corporal = o bătaie ușoară pe spate, cuprinderea umerilor;
- aspectul exterior = înfățișarea fizică sau alegerea vestimentației;
- aspectele non-verbale ale vorbirii = variații ale înălțimii sunetelor, tăria lor și rapiditatea vorbirii, calitatea și tonul voci (paralimbaj);
- aspectele non-verbale ale scrisului = scrisul de mână, așezare, organizare, acuratețe și aspectul general.

Celor menționate anterior li se adaugă:

1. Tăcerea = își are valențele sale și reprezintă legătura cu ascultarea în vederea recepționării corecte a mesajelor, lăsându-l (în cazul nostru, pe enoriaș) să se poată exprima liber, fără constrângere referitor la problema ivită și chiar să aibă momentele sale de... tăcere;

2. Spațiul care cuprinde elementul de apropiere sau/și de depărtare ce marchează un rang, o poziție socială, putând a subclasa astfel:

- a. zona intimă – până la 15 cm
- b. zona apropiată – până la 46 cm
- c. zona personală – 46 cm – 1,22m
- d. zona socială – 1,22m – 2,20 m

e. zona îndepărtată – 2,20 m – 3,60 m

f. zona publică – peste 3,60m

3. Aceste enunțuri, deloc întâmplătoare în acest cadru, ajută la comunicarea preot-enoriaș privind „acceptarea” în spațiu sau „violarea” acestuia (invadarea zonei apropiate și intime fără acceptul enoriașului) propunându-și în final relaționarea ambelor părți;

4. Contextul și mediul reprezintă – Abric J.C. (2002) – factorii comunicării; apar sub forma – **rolului**:

a) Contextului material și temporal = influențează direct natura și calitatea interacțiunii actorilor cât și rolul: locului, spațiului (închis, deschis) și anexelor (sala, mesele, scaunele – aranjarea lor);

b) Contextul social = natura comunicării, fie ea privată sau publică, „cu” sau „fără” martori, este direct influențată de contextul social în care se desfășoară interacțiunea, fără să putem însă a aplica o regulă unică, deoarece unul și același context social va juca un rol diferit în funcție de natura, complexitatea și finalitatea interacțiunii;

c) Contextul cultural și ideologic = determină moduri de comunicare și un sistem de interacțiuni care poate fi în totalitate specific, înțeles și aplicat exclusiv în acest context limitat, ajutându-ne să cunoaștem înainte de a comunica și contextul cultural (gest verbal, nonverbal).

Iată maniera în care contextul poate determina decisiv luarea deciziilor:

Manuela: Cum am terminat masteratul, m-am angajat la aeroport pe un post foarte bine plătit; am cunoscut un pilot de avion american foarte simpatic și extrem de frumos. M-a invitat să ne petrecem împreună concediul pe o insulă din Turcia: la plajă am vorbit îndelung, și seara, pe nisip, ne-am consumat îndrăgostirea cu multă pasiune. Când am revenit în țară, am observat că periodul nu-mi mai vine, mă durea pieptul, mi-era greață, și testul de sarcină mi-a ieșit pozitiv. Când i-am comunicat situația pilotului meu, am simțit la el o răceală siderală, o colosală distanță afectivă, iar telefoanele lui s-au întrerupt...

Foarte mult aș fi vrut să păstrez copilul, dar părinții mei, locuind într-o comună vecină aeroportului, au început niște presiuni inimaginabile asupra mea: Cum poate o femeie fără bărbat să crească un copil? Gândește-te la serviciul tău, la viitorul tău! Nu ne dezamăgi! Am sperat într-o alianță cu sora mea, dar ea a luat partea părinților, pentru a-și proteja propria imagine publică. Totdeauna a pus și ea pe locul întâi respectarea convențiilor.

Am trăit în mare confuzie, fără să știu ce este mai bine: am alternat între licit și ilicit, vinovăție, eliberare și delict. Continuam să vomit, și eram așa de zdrobită de zidul de oțel construit între mine și familialii mei. Până la urmă **m-au convins că nu sunt deloc capabilă să cresc un copil**. La spital, eram vreo zece care așteptau să ne facă avort. Jumătate erau cu partenerii, cealaltă jumătate, eram singure. Ne-am împărțit în două grupe, ne-au spus să ne dezbrăcăm și să îmbrăcăm un capot de la spital. În sala de operație îmi porunceau cu duritate ce poziții să iau și

cum să mă așez. Medicul cu infirmiera glumeau între ei în timp ce îmi omorau copilul. Ar fi fost băiețel sau fetiță? Mă simțeam ca la măcelărie. Apoi, brusc, am avut un sentiment imens de gol... de angoasă, de vinovăție..., și impresia că am îmbătrânit dintr-o dată. Și cu obsesia că fiul meu a ajuns la containerul de gunoi...

N-am știut să-mi iubesc copilul... nici pe mine nu m-am iubit cu adevărat, niciodată: știu cum gândeam când eram copilă și primeam vreo jucărie: nu merit această jucărie. La fel gândeam și când aveam vreo prietenă cu care mă înțelegeam bine: Nu o merit!... am ajuns să fac sex mai înainte de a fi pregătită... și pregătită ești doar atunci când ești exersată în dragoste... când iubești și ești iubită... cu adevărat!

Odată cu pierderea copilului s-a dus și starea mea de seninătate. Când întâlnesc pe stradă vreo mamă cu copil, îmi vine să plâng. O idee obsesivă mă urmărește: Embriionul nu e o simplă adunătură de celule: e un proiect de viață. Iată ce am distrus! Am început să fac voluntariat la un salon de oncologie infantilă. Dar, în ciuda acestui fapt, nu mi-am redobândit seninătatea. Mi-a spus un preot că **nu-i de ajuns să călătoresc printre durerile altora pentru a-mi expia propriile vinovății...** Mă simt o ființă amorfă, o inimă atrofică, fără umanitate. Mă întreb adeseori: Ce mai caut eu pe acest pământ? Și când mă gândesc că primul leagăn pentru fiul meu a fost lada de gunoi...

Cum de nu mi-am dat seama că nașterea unui copil este o oportunitate colosală pentru a da un sens propriei vieți?

Analiză psiho-pastorală:

Odată cu avortul, Manuela și-a pierdut echilibrul interior și mental. Se simte murdară din punct de vedere moral, este victima unor puternice tendințe auto-punitive, pe care le camuflează în spatele alibiului de a face voluntariat (formă de a ajunge la nivele înalte de altruism). De fapt, este **victima unui masochism expiator**. Există în adâncurile ei multe constrângeri lăuntrice ce îi decimează seninătatea.

Evenimentele vieții noastre sunt relevante doar sub aspectul densității emoționale cu care le-am trăit. Contează enorm intensitatea, de aceea o problemă o evaluăm după suferința pe care o generează. Fiecare om are un mod unic de a înfrunta o situație: de aceea, **boli-le pot fi clasificate, durerile nu!**

Avortul este, de obicei, **produsul izolării afective**. Cine este singur este mai puțin puternic să înfrunte dificultățile și să gestioneze responsabilitățile. Manuela a intenționat, fără să-și dea seama, să se ucidă pe ea însăși prin omorârea copilului... **Iertarea de sine vine numai ca urmare a unui proces de pacificare interioară**, care nu trebuie confundat cu o superficială reconciliere, cu o excesivă indulgență față de sine. Este fructul unei dificile căutări a armoniei. Uneori este nevoie de ani pentru a te ierta, pentru a te elibera de ura față de tine însuși.

La orice vârstă sensul vieții se descoperă în a fi iubiți de către alții; copiii părinților hipo-afectivi, reci și distanțați emoțional, tind atunci când sunt mari să se autoculpabilizeze. Asta din cauza unei identități fragile,

care înseamnă un concept de sine vag, nesigur, cu dificultăți în a-și aprecia talentele, atitudinile și calitățile. Portretul acestor copii poate fi astfel creionat: dependență față de alții, tendință spre conformism și spre a trece neobservați, dificultăți în a crea noi relații, tendința spre a se lega mai mult de obiecte și lucruri decât de alți oameni, incapacitatea de a colabora, predilecția pentru activități solitare.

Există interdicții inconștiente care sunt mult mai dificil de a fi depășite decât cele raționale. Instinctualitatea trebuie să fie controlată (de la principiul *plăcere* să ajungem la principiul *realitate*), și sublimată (de la dragostea de sine, să ajungem la dragostea de alții). Reprimarea nu domină instinctul, ci-l solicită mai mult, deci nu este un antidot valid, căci nu anulează nici afectivitatea, nici sexualitatea, ci le perpetuează, crescându-le potențialul dinamic, cu riscul izbucnirii într-o psiho-nevroză.

Dăruirea exasperată de sine este o consumare masochistă care dăunează atât ofertantului, cât și beneficiarului. Numai după ce ai dobândit maturitatea psihoafectivă, dăruind, vei afla beneficii în viața destinatarului, dar și în a ta. Doar cel care are binele înlăuntrul său îl poate reflecta și în exterior. Cel care dăruiește nu se anulează, nu e exponent al autolezionismului, ci se zidește pe sine.

Sunt, de asemenea, cunoscute din literatura de specialitate, implicațiile gesturilor, mimicii, posturii, exemplificate prin ceea ce înseamnă: fața (ochii, gura), mâna, râsul și plânsul. După Athanasiu A. (1983) se poate

spune că **fața** este un index de valori psihice, de aceea, Pârvu N (1967), nota că fața reprezintă două centre, focare de convergență a mișcărilor expresive:

a) Ochiul = privit ca o mișcare și caracterizat după mobilitate (privire obosită, vie, fermă, blândă, rătăcită, nelimitată, etc.) și direcție (ascunsă, pedantă, visătoare), el având și valoare de simbol multivalent;

b) Gura = văzută prin expresia dată de zâmbet, acesta având și o valoare psihodiagnostică, dar existând și zâmbet față de situație (exprimând o atitudine) Athanasiu A. (1983). Printre nuanțele interesante ale zâmbetului pentru preot, amintind: zâmbetul dulce (surâsul, adeseori intenționat – tinzând la captarea bunăvoinței și eventual la derutarea prin „fermecare”) sau:

- blând;
- disprețuitor;
- amar;
- ironic;
- înțelept;
- de „gură-cască”

iar în continuare fața, Pârvu N. (1967), exprimând:

- emoții înnăscute, primare (dezgust, groază, teamă, simpatie, tristețe, plăcere etc.) legate de trebuințe sau instinct;
- emoții secundare, câștigate, mai complexe (abandonarea, dezolarea, îngrijorarea, duișia, speranța, pudoarea, rușinea, suferința etc.);
- însușiri constitutive ale temperamentului, mai ales iritabilitatea și emotivitatea;

- starea de „nebulie” în contradicție cu cea normală;
- trăsături morale de caracter (se pot crea standarde de exprimare: „figură” de artist, comerciant, boier... de preot).

Este cunoscut, în același registru al comunicării nonverbale și faptul că **mâna** „adună” semnele și identifică persoana umană, căci ea este, așa cum se învață în Kabbala, „microscopul sintetic al evoluției umane”, un rezultat al tuturor rezultatelor. În această „coabitare”, Athanasiu A. (1983) – după D’Arpentigny (1843) și Desbarelles – întâlnim șapte tipuri fundamentale de mâini și anume:

- elementară;
- necesară (a omului practic, cu policele mari și în formă de spatulă sau pătrată);
- artistică (efilată, conică);
- utilă (unghiulară sau pătrată – de funcționar ordonat);
- filosofică (noduroasă);
- psihică (ascuțită);
- mixtă.

Asupra aceleiași mâini și în anii apropiați Carus C.G. (1846) descrie patru tipuri și anume:

- elementară;
- motrică;
- sensibilă;
- psihică,

ajungându-se în timp la remarcă lui Varchide N. (1909) că „asociată gândirii în mod continuu, mâna traduce ca și fața și contribuie la fizionomie... mâna

poate servi într-adevăr ca un criteriu al mentalității umane”.

Totodată, din punct de vedere psiho-social, cu ajutorul mâinii, preotul poate „simți” după strângerea de mână a enoriașului, acel punct de plecare pentru o cunoaștere și mai precisă, reprezentând și un organ al mângâierii, al atingerii, dând în multe cazuri încrederea și acceptul necesar celor doi parteneri (preot și enoriaș) în dialogul ce-l poartă.

O comunicare pastorală reușită e confirmată adeseori de încrederea pe care o are un credincios de a-și expune problemele cele mai confidentiale, intime. Iată un exemplu:

„Tare m-am zbuciumat lăuntric din cauza divorțului părinților mei. A fost foarte dureros pentru mine să-mi văd tatăl că s-a dus să trăiască cu o altă femeie. M-am simțit deposedat de prezența lui... după o vreme, aproape că m-am obișnuit cu ideea că lângă el este o altă femeie, în locul mamei mele, când... mi-a venit ca un trăsnet vestea că voi avea curând o surioară, fiică a acelei cucoane intrus – insuportabile pentru mine – cu care el acum locuiește. Oricum, până s-a despărțit de mama, s-au certat încontinuu, și m-au obosit de moarte încâierările lor. Și acum își face un plod cu o alta... pe asta o poate iubi?

Nu știu ce-i cu mine dar simt că explodez... dar ceea ce mă îngrijorează cel mai mult și m-a determinat să vin la Dumneavoastră este că am intrat în colaps sexual... adică, nu știu dacă mă înțelegeți ce vreau să spun, am o prietenă cu care am început deja viața intimă, de mai bine

de un an. Nu știe nimeni, decât noi doi. Ai noștri oricum n-ar fi de acord. Dar am paralizat în plan intim... nu mai pot face nimic! Prietena mea nu se plânge, zice că important e că ne iubim, nu chestiile trupești, dar eu mă simt umilit de neputința mea. Și de ce aceasta? Ce-o fi cu mine? Mă mai repar vreodată? Mă puteți ajuta? De unde blocajul?"

Analiză psiho-pastorală:

Mircea a fost expus la ostilitățile dintre părinți, ani buni înaintea divorțului: încredințări reciproc, denigrări, certuri interminabile, care au continuat și după divorț. Continuele defăimări ale tatălui din partea mamei au determinat în tânăr **o prăbușire a imaginii de tată ideal, puternic și vrednic de urmat**, îndepărtându-l de **modelul masculin de identificare**, și blocând procesul de structurare a unei **identități virile, proces specific vârstei lui**.

Așa că, în cazul acestor copii, întemeierea unei noi familii este percepută negativ și văzută ca un demers pândit de multe riscuri – în inconștient. Asta cu atât mai mult cu cât există o tensiune și o neacceptare în raport cu noul tată sau noua mamă apărută. Băieții se adaptează în grabă – de obicei – la situație, în timp ce fetele refuză. Adeseori nu este acceptat noul tovarăș de viață al tatălui sau al mamei, pentru **a apăra memoria celui absent**.

Dacă părintele plecat din familie avea înaintea separării **un dialog bun cu fiul său**, atunci tensiunea fiului,

în momentul plecării, va fi mult mai mică. Familiile astfel destrămate și apoi lărgite pretind o abordare deschisă, tolerantă și onestă. Fiului aproape ajuns adult nu-i trebuie povestii cu minciuni, căci le va descoperi, iar nivelul său de autostimă va scădea.

În inima unui tată poate însă exista mai mult spațiu decât crede un fiu adolescent... de acest fapt devine lent conștient și Mircea.

Pentru o comunicare eficientă, Holdevici I. (2000) ne propune următoarele:

- subiectul își exprimă sentimentele în mod deschis și direct;
- îl încurajează pe partenerul său să facă același lucru.

Mai precis, primul spune ceea ce gândește și ceea ce simte și încearcă să înțeleagă ceea ce gândește și ceea ce simte cel din urmă. Totodată, comunicarea eficientă implică exprimarea deschisă și ascultarea, în timp ce comunicarea ineficientă presupune refuzul părților de a-și împărtăși în mod deschis sentimentele și refuzul de a asculta ceea ce are de spus celălalt.

1.10. Elemente carentiale în comunicare

De obicei, acordăm o atenție deosebită comunicării eficiente, neglijând secvența ineficienței sale. De aceea, considerăm că o cunoaștere și a elementelor carentiale va ajuta comunicarea eficientă. În acest caz, Burns D.

(1989) prezintă o astfel de listă ce cuprinde caracteristicile **comunicării ineficiente**, sub forma:

- „Adevărul îmi aparține!” = persoana insistă, afirmând că numai ea are dreptate și că celălalt se înșeală;
- blamul = subiectul afirmă că problema creată se datorează greșelii celuilalt;
- imaturitatea = subiectul susține că este o victimă inocentă;
- descalificarea și generalizarea = persoana afirmă că celălalt greșește sau este un „ratat”, pentru că acesta „totdeauna” face sau „niciodată” nu face anumite lucruri;
- lipsa de speranță = subiectul abandonează disputa, susținând că nu merită să încerce;
- spiritul revendicativ = individul susține că are dreptul la un tratament mai bun, dar refuză să ceară ceea ce dorește într-un mod deschis și direct;
- negarea = persoana insistă că nu se simte supărată, lovită sau deprimată atunci când, de fapt, așa stau lucrurile;
- agresivitate pasivă = subiectul se retrage fără să spună nimic, eventual iese „ca o furtună” din cameră, trântind ușa;
- autoblamarea = în loc să rezolve problema, subiectul se comportă ca și cum ar fi o problemă demnă de dispreț, autoacuzându-se;
- acordarea ajutorului cu orice preț = în loc să ascultăm cât de trist, lovit sau supărat este celălalt, încercăm, cu orice preț, să rezolvăm problema sau să-i acordăm ajutorul nostru;

- sarcasmul = cuvintele sau tonul reflectă tensiune și ostilitate, pe care subiectul nu le recunoaște deschis;
- tactica „șapului ispășitor” = subiectul pretinde că cealaltă persoană are o problemă, în timp ce el este fericit, echilibrat și neimplicat în conflict;
- defensivitatea = refuz de a admite că facem ceva greșit sau că avem vreo imperfecțiune;
- contraatacul = în loc să conștientizăm ceea ce simte celălalt îi răspundem la critică cu aceeași monedă;
- diversitatea = în loc să se preocupe de modul în care cei doi parteneri se simt „aici și acum”, unul dintre ei sau ambii prezintă liste ale neînțelegerilor și ale conflictelor trecute.

Același autor simplifică, în zece atitudini, **motivele** care îi împiedică pe oameni să comunice adecvat unii cu alții, oprindu-se la:

- fobia de conflicte = subiectul se teme de conflicte sau de sentimentele de ostilitate exprimate de alte persoane, aplicând „politica struțului”;
- perfecționismul emoțional = subiectul este convins de faptul că oamenii îl vor privi de sus dacă vor afla ce simte cu adevărat;
- teama de dezaprobare și respingere = subiectul se teme că oamenii nu îl vor agreea dacă își va exprima propriile idei și sentimente;
- agresivitatea pasivă = subiectul își reprimă sentimentele de frustrare și ostilitate, în loc să se exprime în mod deschis;

- lipsa de speranță = subiectul crede că a încercat totul și că nimic nu a dat rezultat, ajungând la concluzia că situația este, într-adevăr, lipsită de speranță;
- nivelul scăzut al autonomiei = subiectul consideră că nu are dreptul să-și exprime sentimentele sau să le ceară celorlalți anumite lucruri;
- spontaneitatea = subiectul consideră că orice modificare în stilul său personal de cunoaștere, este ridicolă și pare falsă;
- „citirea gândului” = subiectul crede că ceilalți trebuie să știe ce simte și ce dorește el, fără a fi necesar să-și exprime în mod deschis sentimentele și dorințele;
- teama spre maturizare = subiectul se teme să recunoască faptul că este supărat, deoarece nu vrea să dea nimănui satisfacția de a afla că l-a rănit, suferind în tăcere;
- nevoia de a rezolva problema = subiectul are un conflict cu cineva, încearcă a rezolva problema, în loc să împărtășească în mod deschis sentimentele și să asculte ceea ce simte cealaltă persoană.

Și, după o asemenea incursiune în domeniul comunicării, cuvintele lui I. Sfler sunt remarcabile: „a comunica semnifică a pune sau a avea ceva în comun, două suflete”.

Iată modul în care paradigma „lipsă de speranță” se coagulează într-un caz sugestiv:

„Am venit la Dumnezeuvoastră pentru că sunt foarte înspăimântat... am 30 de ani și săptămâna trecută mi s-a

întâmplat ceva grav: un coleg m-a invitat la o distracție de adio celibat, căci se însura curând; eram acolo doar bărbați, toți eram băuți, și, pe când se spărgea petrecerea, a apărut o prostituată negresă invitată de organizator să ne ofere câte un serviciu tuturor... Pe mine nu m-a încântat chestia asta... Eram vreo 10 și eu am rămas ultimul... mi-am luat măsurile de precauție să nu mă infectez, deși unii dintre participanți au făcut pe eroii și nu au folosit nici un protectiv. Eu am folosit chiar două, unul peste altul, și ei nu au observat. Am afișat un calm olimpic, dar înăuntru eram dezgustat... acum, după toată isprava, sunt distrus... Știi că va urma pedeapsa cerului. Am vrut chiar să mă sinucid, dar am știut că așa ajung mai repede în iad... cred că am făcut depresie... nu văd cale de scăpare...

Mama mea a fost foarte bisericoadă, m-a crescut pe la biserică, în fum de tămâie și cu multe rugăciuni. M-am temut întotdeauna de iad... credința nu îmi creștea speranța că ajung în rai, dar cel puțin îmi atenua frica nebună de iad. Credincios sunt... dar mai mult teoretic, căci îmi plac mult banii... iar dragostea de semeni mi se stinge în fața poftelor de profit economic; de aceea muncesc mult. Dar banii îi cam risipesc pe nimicuri și petreceri prăpădite.

Mie religia mi-a fost prezentată nu ca dragoste și speranță, ci ca o listă de interdicții obositoare și frustrante. În preoți văd autorități statice și plicticoase, dar foarte reprimante... de când am crescut, nu mă mai duc nici la spovedit. Nu mai cred în preoți. Dar acum, ce mă fac? Simt că trebuie să mă pedepsesc aspru! Dar nu știu cum... Așa

că, iată-mă, la Dumneavoastră.... Mă puteți ajuta să-mi regăsesc echilibrul?"

1.11. Comunicarea asertivă

Ajungem acum să enumerăm câteva dintre elementele caracteristice unei **comunicări asertive**, pornind de la faptul că asertivitatea, Boume (1995), este:

- un **nu** spus hotărât și susținut cu argumente;
- o atitudine și o modalitate de acțiune în acele situații în care trebuie să ne exprimăm sentimente, să ne revendicăm drepturile și să spunem „nu!” atunci când nu suntem dispuși să facem un anumit lucru.

În acest context, **comportamentul asertiv** reprezintă calea de mijloc între agresivitate și supunere, la baza sa trebuie să stea convingerea persoanei că are dreptul să ceară ceea ce dorește, respectându-și propriile drepturi, așa cum ea însăși face în cazul celor din jur. Ca și drepturi personale ale adultului, același autor menționează faptul că **am dreptul să:**

- solicit ceea ce doresc;
- refuz solicitările cărora nu le pot face față;
- îmi exprim sentimentele, pozitive sau negative;
- îmi exprim opiniile;
- comit greșeli și să nu fiu totodată perfect;
- mă conformez propriilor mele sisteme de valori;
- spun NU la tot ceea ce mi se pare că nu sunt pregătit să fac, consider că este periculos sau îmi calcă sistemele de norme și valori;

- îmi stabilesc propriile sisteme de priorități;
- nu mă simt responsabil pentru comportamentele, acțiunile, sentimentele și problemele celorlalți;
- solicit onestitate din partea celorlalți;
- mă supăr pe o persoană la care țin;
- fiu eu însumi;
- mă simt speriat și să spun acest lucru celorlalți;
- spun „nu știu”;
- nu prezint scuze și să-mi motivez comportamentul;
- iau decizii bazate pe propriile mele sentimente;
- îmi satisfac propriile trebuințe în timpul și în locurile pe care le consider potrivite;
- mă distrez și să fiu frivol;
- fiu mai sănătos decât cei din jurul meu;
- mă aflu într-o anumită încercare nu se abuzează de persoana mea;
- îmi fac prieteni și mă simt bine în preajma celorlalți;
- mă schimb și să evoluez;
- fiu tratat ca o persoană demnă și plină de respect;
- fiu fericit;
- la respect din partea celorlalți față de propriile nevoi și dorințe.

Din acest context desprindem faptul că, la un moment dat, în actul **comunicării asertive** putem întâlni, atât din partea enoriașului cât și a preotului, dezvoltarea unui comportament: asertiv, pasiv și agresiv, legat de **transmiterea unui mesaj** sub forma:

1) **Asertiv:**

- Problema este discutată;

- Drepturile tale sunt susținute;
- Alege-ți singur activitatea;
- Ai încredere în tine;
- Recunoaște drepturile tale și ale celorlalți;

2) **Pasiv:**

- Problema este evitată;
- Drepturile tale sunt ignorate;
- Îi lași pe ceilalți să aleagă în locul tău;
- Neîncredere;
- Vezi drepturile celorlalți ca fiind mai importante;

3) **Agresiv:**

- Problema este atacată;
- Drepturile tale sunt susținute fără a se ține cont de drepturile celorlalți;
- Ostil, acuză, blamează;
- Drepturile tale sunt mai importante decât ale celorlalți;

Faptul acesta determină apariția unei **atitudini** vizând reacția ca rezolvare a itemului supus investigației de către actorii comunicării.

În această ecuație, enoriașul solicită de la preot:

- | | |
|---------------|---------------|
| - încredere; | - stimă; |
| - acceptare; | - securitate; |
| - competență; | - conștiință; |
| - siguranță ; | - înțelegere, |

toate acestea subordonându-se practic situațiilor și stărilor prin care se va înțelege sau/și înlătura de către acesta:

- | | |
|----------|----------------|
| - frica; | - rigiditatea; |
|----------|----------------|

- teama;
- nesiguranța;
- instabilitatea;
- angoasa;
- neliniștea;
- intoleranța,

astfel încât să fie eliminată orice conduită sau/și atitudine de risc ce-ar putea îngreuna sau face imposibilă comunicarea dintre cei doi, important fiind ca cele menționate anterior să fie raportate la coeficientul de vârstă și particularitățile aferente acestuia.

Sub aceste auspicii, reperele structurale ale comunicării vor reprezenta puncte de plecare solide și plauzibile în ceea ce privește viitoarea comunicare pastorală între preot și enoriaș și viceversa, rezultatele fiind codificate și apoi decodificate, în timp dorind ca acestea să fie cele scontate de cei doi actori cuprinși în actul comuniunii lor.

CAPITOLUL 2

SPECIFICUL COMUNICĂRII PSIHO-PASTORALE

În orice domeniu de activitate **comunicarea** are la bază un **mesaj** care, transmis într-o formă sau alta, va ajunge la receptor, ce-l va decodifica. Cazul nostru va face o excepție, deoarece vom aborda structura comunicării pornind de la comuniune ca fiind areal al unui perpetuu schimb de energii afective.

Drumul parcurs de la „exprimare” la „comunicarea pastorală” și „comuniune” își are identitatea sa; subliniem în mod special stabilirea relației dintre cei doi, preot-enoriaș sau enoriaș-preot, prin înțelegerea, acceptarea, responsabilizarea și stabilirea strategiei de abordare a situației „problemă”, bine-știind că drumul de la „ureche la inimă” poate să fie scurt sau lung, în areal pastoral, „obiectul muncii” fiind sufletul și nu trupul.

Iată un caz relevant de comunicare inter-personală complexă:

*„Sunt într-o criză sfâșietoare și multiplă: la serviciu, în dragoste, în raportul cu mama mea... sunt avocat și tocmai am reușit să absolv de vină o soție criminală; și-a otrăvit bărbatul pentru că o înșela. Am reușit să duc de nas judecătoria și a eliberat-o. **Vedeți ce puternic sunt?** Iar pe de altă parte, am ajuns la capătul puterilor. Eu*

*m-am distanțat de orice etică convențională, nu mai am prejudecăți ca alții, și consider că țin de inteligență și de curaj să obții tot ceea ce dorești. Aș putea demonstra că e nevinovat și cel mai mare criminal. Profesional, par invincibil, dar privind la viața mea individuală, sentimentală, lucrurile stau altfel. Despre aceasta nu am vorbit niciodată, cu nimeni. Nu m-am spovedit de când am fost copil. Am ajuns într-un impas, nu mai pot să-mi continui activitatea profesională cu luciditate și detașare emoțională ca până acum. Am o mare putere de a-i influența pe alții; modific opiniile oricui vreau, în urma unei discuții argumentate; și reușesc aceasta pentru că știu să mă comport așa cum alții vor să fu, intuind circumstanțele. Așa-i cuceresc și pe judecători: le spun exact ceea ce vor să audă, îmbunându-i... adopt cele mai ingenioase strategii pentru a-mi atinge scopul, inclusiv omiterea de informații și distorsionarea adevărului. Eu am despre meseria mea o **vi-ziune utilitaristă**. De slăbiciunile altora mă folosesc, nu mă înduioșez! În plus, eu nu mă angajez emoțional cu niciunul din clienții mei.*

*Eu îi manipulez și pe alții, și evenimentele pe care le relatez judecătorilor. Am fost întotdeauna un om rece, fără să am sentimente de vinovăție față de absența de limite a intervențiilor mele juridice; l-am apărât pe fiecare client **proporțional cu onorariul pe care mi l-a oferit**. Și iată că brusc, **am un sentiment de colosală apăsare**, mi s-a fragilizat dintr-o dată eul... mă simt vulnerabil... nu mai pot să depășesc singur dificultățile apărute, și aș vrea o susținere exterioară...*

Toată copilăria mea, părinții mei au fost permanent în conflict. Mama îl învinovățea pe tata că este prea mult timp plecat cu serviciul. Seara, ea venea în camera mea, nu ca să-mi citească povești, ci ca să-mi repete că eu sunt adevăratul bărbat din casă, și că nu trebuia să o dezamăgesc, căci altfel ea va muri de durere. Și astăzi, dacă ies cu o fată, ea are atacuri de panică... simptomele acestea cred eu că sunt adevărată gelozie. M-a crescut în mare dependență de ea. O auzeam când le spunea prietenelor ei, cu referire la mine: Acesta va fi toiagul meu la bătrânețe! Va fi om mare și renumit!

*La începutul întâlnirilor terapeutice am avut ciudata senzație că îmi pierd toate punctele care mă securizau. Dar apoi mi-am dat seama că trebuia să înaintez cu mult curaj, dacă doream să anulez distanța ce-mi separa mințea de inimă. Așa că întâlnirile s-au transformat în lecții de smerenie: am început să-mi revizitez trecutul, să-mi înving vechile angoase, să-mi modific atitudinile, să-mi redimensionez excesivele ambiții, să-mi controlez reacțiile infantile. A-ți recunoaște sentimentele și a-ți înțelege propriile trăiri înseamnă **să înveți să-ți trăiești viața**. Parcurg un drum ziditor, îmi descopăr adâncurile, mă accept pe mine... Constat că noi suntem mult mai mult în interior, decât în exterior, și-i mulțumesc lui Dumnezeu că m-a dus pe cărarea adevăratei cunoașteri!"*

Analiză psiho-pastorală:

În cazul machiavelicului Veronel, inteligența se aliază cu o imaturitate psiho-afectivă de proporții. Așa că

– observăm cum, mult timp – el refuză să se privească în interior, să coboare în adâncuri, să se pună în discuție, preferând să se auto-justifice. La baza oricărei probleme morale se află o intrigă, o motivație psihologică. În psihoterapie, avocatul nostru nu reușește, în prima etapă, să accepte ajutorul pe care-l cere. Preocuparea lui este să țină sub control șirul și evoluția discuției. Crede că poate fascina și aici prin oratorie; nu este smerit și nici auto-critic, confundând orgoliul cu demnitatea. Emană din întreaga lui personalitate **o răceală specifică acelor care nu au fost iubiți în copilărie**. Refularea îl caracterizează, emoțiile copilăriei fiind toate dureroase. De aceea refuză întoarcerea în trecut, pentru că revizitarea trecutului se face întotdeauna în prezența unei persoane de încredere, a unei iubiri superioare, iar el nu crede că această iubire există. Discuția duhovnicească și psihoterapia presupune **să încredințezi altuia partea cea mai intimă a propriului eu**.

Avocatul nostru a crescut într-o familie distorsionată, în care echilibrele au fost precare și patologice. După naștere, s-a creat repede o alianță intensă, între mamă și fiu, contra tatălui. El s-a descoperit într-o situație anormală: când unul din părinți își seduce copilul, îi împiedică evoluția și, implicit, îi obstacolează depășirea situației edipice. Așa că Veronel s-a refugiat într-o profesie care-i conferă o imagine grandioasă de sine, în detrimentul celorlalți. Pentru că **depinde în inconștient de mama sa, are nevoie în conștient să se simtă puternic și dominator**.

Tatăl absent, mama seductivă, fiul atot-puternic: acesta este un triunghi familial generator de patologie. Veronel s-a concentrat cu aroganță asupra propriului eu. Chiar dacă **pare un învingător, în realitate este un nesigur anxios care și-a reprimat permanent sentimentele**, crezând că așa viața lui va merge bine. Succesul și banii l-au protejat de umilințele și dificultățile din copilărie. A fost un copil ce nu a fost acceptat și înțeles de părinți. Doar acum învață să se deschidă, depășind blocajele afective.

Mesajele pe care le primește în psihoterapie sunt cărămizi la construcția unei noi identități, pozitive. Copilul cu o identitate embrionară și confuză crește, cu o nouă convingere: aceea că este **demn de atenție și de dragoste**.

De aceea, am considerat că ar fi oportun din partea preotului, ca în timpul comunicării cu cel/cea/cei în cauză, să se folosească în mod:

- constant,
- echilibrat,
- și legat de situația creată,

având ca prime elemente care, corect și conștient, pot să contribuie la rezolvarea problemei ivită la un moment dat și într-o contextualitate aparte:

- a) citatul
- b) pilda
- c) narațiunea morală

Astfel,

- a) **Citatul** va putea cuprinde **cuvântul** magic și puterea acestuia de la care poate porni comunicarea

preot-enoriaș, dar și nevoia de a înțelege ceea ce se întâmplă. Ne-am oprit în mod aleator la următoarele citate, pe care nu le vom comenta, iar completarea listei cu multe altele e binevenită.

Am pornit de la:

- 1) Nu rațiunea, ci inima cunoaște drumul.
- 2) Mâncarea de spital are gust de ... singurătate.
- 3) Eleganța nu stă în ce haine purtăm, ci în felul în care le purtăm.
- 4) În viață trebuie să știi când să vii și când să pleci.
- 5) Bolnav de ... ne iubire.
- 6) Nu judeca nici o persoană până când n-ai umblat cel puțin două luni cu mocasinii lui. (proverb indian)
- 7) Cuvintele sunt doar cuvinte, fără inimă nu au nici un sens. (proverb chinezesc)
- 8) Uneori trebuie să taci, ca să fi auzit, și să pleci, ca să fi observat.
- 9) Salută la urcare, ca să fii salutat la coborâre.
- 10) Zgomotul nu face bine, iar binele nu face zgomot.
- 11) Există două feluri de durere: una care te doare și una care te schimbă.
- 12) Scaunul pe care stai să nu fie niciodată mai înalt decât teancul de cărți pe care le-ai citit.
- 13) Nu tot ce e mult, e și bun.
- 14) Am măcinat deja un sac de ... vorbe/cuvinte.
- 15) Când ai mai mult decât îți trebuie, lungește masa, nu înălța gardul.
- 16) Răbdarea înseamnă să știi că iarba nu crește mai repede dacă tragi de ea.

- 17) Când o să fiu mare, vreau să mă fac... bunică.
- 18) Drumul de la ureche la inimă poate fi scurt sau lung. Când?
- 19) Numele și valoarea nu ți le poate lua nimeni.
- 20) Înfrumusețează viața celorlalți, fără a cere ceva.
- 21) Dragostea este prietenia care a luat foc.
- 22) Înlăturarea îndoielii, e calea spre fericire.
- 23) Fără iubire și iertare, pacientul nu se poate vindeca.
- 24) Ochii mei se simt bătrâni.
- 25) Nu contează ceea ce vedem, ci ceea ce simțim.
- 26) Nu toți cei care merg la biserică sunt credincioși și nu toți cei ce nu merg la biserică, sunt atei.
- 27) Niciodată nu se știe cine dă și cine primește.
- 28) Ce suntem, da, cine suntem?
- 29) Poți să fii!
- 30) Ce faci?
- Mă aștept! (Emil Cioran)
- 31) Ce ești? Cum ești? Ce faci? (întrebări găsite scrise pe fațada unei case din... Fălticeni)
- 32) Nu este important ceea ce spune, ci felul în care o spune.
- 33) Nu țara trebuie schimbată, ci felul nostru de a fi.
- 34) O să vină sfârșitul lumii atunci când n-o să mai fie cărare de la vecin la vecin;
- 35) Trebuie să ceri de la fiecare numai ceea ce poate fiecare să dea. Autoritatea se bizuie, înainte de orice, pe rațiune.
- 36) A te judeca pe tine însuși e mult mai greu decât a-l judeca pe altul. Dacă ajungi să te judeci

cum trebuie, înseamnă că ești cu adevărat înțelept.

37) „Beau ca să uit că mi-e rușine... rușine că... beau!”
încheie bețivul, care se ferecă pentru totdeauna în tăcerea lui.

38) Singur te simți și printre oameni.

39) Iar drumurile, toate, duc spre oameni.

40) Ceea ce dă frumusețe, rămâne nevăzut.

b) **Pilda** poate și ea, la rândul-i, să surprindă „acel ceva” care ajută/va ajuta în comunicarea pastorală. Putem pleca de la :

1. Arca lui Noe

Tot ce trebuie să știm despre viață am învățat de la Arca lui Noe:

Unu: - Nu pierde barca!

Doi: - Amintește-ți că toți suntem în aceeași barcă.

Trei: - Fă-ți planuri în avans. Nu ploua când Noe și-a construit arca.

Patru: - Fii pregătit! Când vei avea 100 de ani, e posibil ca cineva să-ți ceară să faci ceva cu adevărat important.

Cinci: - Nu asculta criticile, mergi înainte cu lucrarea care trebuie făcută.

Șase: - Construiește-ți viitorul pe premise înalte.

Șapte: - De dragul siguranței, călătorește în pereche.

Opt: - Viteza nu e totdeauna un avantaj. Șerpii erau pe arcă împreună cu gheparzii.

Nouă: - Când ești stresat plutește pe apă o perioadă.

Zece: - Amintește-ți că Arca a fost construită de amatori, iar Titanicul de profesioniști.

2. Cele două grăunțe

Într-o zi, un țăran ieși pe ogor, la semănat. Un grăunte rămas pe vârful unui bulgăre de pământ a început să se laude către altul, aflat adânc sub brazdă:

-Vezi tu, frate, zaci acolo luptându-te cu frigul pământului și cu bezna, tânjind după o rază de soare, după lumină și căldură. Eu, frățioare o duc mult mai bine în timp ce tu te chinui.

Dar în clipa aceea o cioară a coborât pe neașteptate din văzduh și a înghițit grăunțele rămas la vedere. În schimb fratele său de sub brazdă încolți peste puțin timp și din micul grăunte, ieși din pământ un spic frumos și trainic. De abia acum lumina și căldura soarelui îi făceau cu adevărat bine. Cu vremea spicul deveni copt și roada lui multă.

Astfel, speranța și smerenia celui de-al doilea i-au adus adevărata viață, în timp ce mândria l-a costat scump pe primul.

3. Cerul, pământul și lumea

Într-o zi, un om simplu, cunoscut pentru viața sa curată, a fost întrebat de un vecin:

- Cum faci tu de ești totdeauna atât de mulțumit? Niciodată nu te-am văzut supărat.

- Foarte simplu, a răspuns celălalt. În fiecare dimineață, când mă trezesc, privesc întâi cerul. Așa mi-aduc

aminte de Dumnezeu, de milă și de bunătate. Apoi privesc pământul. Astfel, îmi amintesc de moarte și de judecata de apoi. În cele din urmă privesc în jurul meu, lumea întreagă ce se trezește în fiecare dimineață la viață. Așa mi-aduc aminte de semenii mei, de cei care suferă de boli sau neputințe, de cei ce au o viață mai grea decât a mea și pe care i-aș putea ajuta. În felul acesta, mă bucur pentru ceea ce sunt și pentru ceea ce pot face.

Bunătatea, izvorâtă din dragoste, aduce totdeauna liniște și mulțumire, atât în sufletul celui care primește cu recunoștință, cât și în sufletul celui care dăruiește cu drag.

4. Comorile fiecăruia

Plimbându-se prin sat, un boier s-a întâlnit cu un țăran sărac și a început a se lăuda cu averile lui.

- Vezi tu livada de pe deal? E a mea. Pădurile care înconjură satul sunt și ele ale mele. Până și pământul pe care calci acum al meu este. Tot ce vezi de jur-împrejur e proprietatea mea. Toate astea sunt doar ale mele.

- Dar acela? L-a întrebat țăranul, arătând cu degetul spre cer. Nu cred că și cerul este al tău. Acela este al meu a mai spus țăranul și cu zâmbetul pe buze a plecat liniștit, lăsându-l pe boier mirat și cu ciudă în suflet.

5. Ecoul vieții

Când un străin bate, caritatea îi deschide ușa ospitalității. Odată intrat, el întâmpină bucuria, odată primit, îl găzduiește omenia. Pe cel flămând îl găzduiesc

bunătatea, pe cel deznădăduind îl călăuzește credința, iar pe cel tulburat, dragostea. (Sf. Ambrozie)

6. Cei patru ucenici

Odată, patru ucenici au vrut să se întreacă. Zis și făcut. S-au așezat toți într-o încăpere și au decis ca, timp de trei zile, nici unul să nu spună o vorbă, ca astfel să-și încerce răbdarea și puterea de concentrare. Dar spre seară, când a început să se întunece, unul nu s-a mai putut abține și a zis:

- Să aprindă cineva lumina!
- Ce faci, nu trebuie să tăcem? L-a întrebat nedumerit al doilea.
- Proștilor, de ce ați vorbit, se repezi al treilea să-i certe.
- Ehe, doar eu am tăcut! Se laudă cu îngâmfare cel de-al patrulea.

Fiecare ucenic a căzut pradă câte unei ispite: graba, neîncrederea, mânia și mândria. Ele sunt cele patru ispite care îi încearcă pe oameni în tot ceasul. De aceea răbdarea este cel mai bun tovarăș de drum în viață, îți trebuie răbdare să muncești, să înveți, să te rogi... îți trebuie răbdare și să iubești.

7. Gândul cel bun

Îndreptându-se spre casă, un țăran a găsit la marginea drumului, pe câmp, un sac plin cu porumb. Uitându-se el de jur-împrejur, s-a hotărât să-l ia acasă, fiindcă i-ar fi prins tare bine și oricum nu-l vedea nimeni. S-a mai

uitat o dată înainte, înapoi, în dreapta și în stânga, și s-a aplecat să ia sacul. Dar deodată s-a oprit amintindu-și că într-o singură direcție nu s-a uitat, în sus. Privind cerul, lăasă acolo sacul și, zâmbind, își continuă drumul spre casă, spunându-și:

- Mulțumesc, Doamne, că mi-ai dat gândul cel bun. E drept că aș avea mare nevoie de un sac cu porumb, dar mai mult am nevoie de un cuget curat și liniștit. Cu siguranță vreun vecin din sat nu a putut duce prea mult deodată și se va întoarce după sac. Dacă l-aș fi luat nu m-ar fi văzut nici un om dar m-ar fi văzut Dumnezeu.

8. Sinceritatea rugăciunii copiilor

Într-o zi un preot aude o voce în biserică, dar cuvintele erau neinteligibile. Apropiindu-se de locul de unde venea vocea, el găsește un copil care spunea ceva și își dădu seama că nu îi înțelegea cuvintele fiindcă, de fapt, copilul repeta alfabetul. Atunci preotul l-a întrebat:

- De ce tot repeți literele?
- Păi așa îmi fac eu rugăciunea, răspunse copilul.
- Cum așa? Eu aud doar că spui alfabetul, se miră preotul.

- Da dar eu am uitat cuvintele rugăciunii și atunci îi dau lui Dumnezeu literele, că știe EL să le pună în ordinea care trebuie...

9. Cum învățăm să zburăm?

Un împărat a primit doi șoimi. Unul a fost antrenat, despre celălalt i s-a spus că refuză să se dezlipească de

creanga pe care stătea. Unul dintre slujitori trebuia să se cațere în fiecare zi în copac, ca să-i ducă de mâncare. După ce a încercat în fel și chip să facă șoimul să zboare de pe creangă, împăratul și-a rugat supușii să-l ajute. Un bătrân înțelept s-a oferit să facă el asta și, a doua zi, când s-a trezit, împăratul a văzut șoimul zburând de colo-colo.

- Cum ai făcut? și-a întrebat supusul.

- A fost foarte simplu. Nu a trebuit decât să îi tai craca de sub picioare.

10. Căutăm la sfârșit cu disperare ceea ce am pierdut în zadar?

Viața este un pumn de pietricele colorate! Un om a găsit o pungă mare cu pietricele colorate pe țărmul unei ape. A luat-o și mergând spre casă începu să arunce pietricele în apă, ținti păsările care treceau pe deasupra, se amuză aruncându-le aiurea. În momentul când mai avea în pungă doar două, trei pietricele, pe care se pregătea să le arunce și pe acestea fără rost, s-a întâlnit cu un vecin, acesta s-a uitat la pietricele după care zice:

-De unde ai pietricelele acestea?... fiindcă sunt foarte prețioase!

Aflând asta, omul nostru plecă disperat să caute pietricelele aruncate aiurea, dar era greu să mai recupereze ceva. Așa facem și noi cu zilele vieții noastre.

11. Oglinda sufletului nostru

Fiecare om este ca o oglindă: reflectă ceea ce-i fac ceilalți. Dacă cineva îi zâmbește, zâmbește și el, dacă

cineva se încruntă la el, răspunde și el cu încruntare. Dar nu numai fața lui răspunde astfel, ci așa face și inima lui. Inima lui răspunde ca o oglindă la ceea ce vede el în inima celui alt: dacă simte că cineva îl iubește, inima lui răspunde cu iubire, dacă simte că cineva îl urăște, inima lui răspunde cu ură. Fiecare om scoate din vistieria sufletului său ceea ce are: fie bunătate, fie răutate! Din păcate, omul răspunde răului cu rău și nu încearcă să biruie cu binele orice obstacol din viața sa!

12. O fărâmă din viața ta

Un tânăr monah a întrebat un pustnic înțelept:

-Care este taina înțelegerii cu toți oamenii? Bătrânul pustnic l-a privit îndelung, s-a gândit o vreme în tăcere și i-a răspuns:

-Să dăruiești ceva fiecarui om întâlnit în cale.

-Să dau de pomană?

-Să dăruiești un zâmbet, o vorbă bună, o pâine... iubire, compasiune, înțelegere,... adică o fărâmă din inima ta!

13. Transformarea

Am cerut o dată un buchet de flori și am primit un cactus cu țepi. Eram nedumerit și speriat, deziluzionat, lumea nu era cum credeam eu? După câteva zile însă, pe neașteptate cactusul cel plin cu țepi a înflorit.

14. Iubirea părinților este de neînlocuit

Un tată și o mamă care erau foarte ocupați cu activitățile profesiei lor, înaintea zilei de naștere a

copilului lor, trecură în grabă printr-un magazin de jucării.

Îi explicară vânzătoarei:

-Am vrea ceva pentru un copil micuț, care să-i poată ține de urât și să-i ia sentimentul singurătății...

Vânzătoarea privindu-i, le răspunde :

-Îmi pare rău, dar nu avem părinți de vânzare!

15. Iubirea de sine izolează

Un bob de grâu se ascunde în hambar. Nu voia să fie semănat. Nu voia să moară. Nu voia să se jertfească. Voia să-și salveze viața. Așa nu deveni niciodată pâine. Nu ajunse niciodată pe masă. Nu a fost niciodată binecuvântat și împărțit. Nu dăruie niciodată viață. Nu dăruie niciodată bucurie. Dar într-o zi veni stăpânul. Împreună cu praful din hambar el aruncă la gunoi și bobul de grâu.

16. Clanța ușii

Un pictor a făcut o dată o pictură cu titlul „Casa păcii”. Era mare și solidă ca o arcă. Culorile erau deschise și armonice. Tabloul degaja o atmosferă pacifică. Un băiețel privi tabloul cu atenție. Deodată îl întrebă pe tatăl său:

- Tăticule, în acest tablou lipsește ceva. Lipsește clanța de la ușă. Cum poate pacea să intre în această casă?

Tatăl uimit îi răspunde:

- Cu siguranță că pictorul nu a uitat clanța, ci pur și simplu, a lăsat-o deoparte. Pacea vine în casă doar dacă îi deschidem ușa din interior și dacă o lăsam să locuiască la noi.

17. Respectul

Un om merse odată printr-un lan de grâu. Aici întâlnește un țăran care mergea cu capul descoperit în amiaza mare. Omul îi recomandă să-și pună pălăria pe cap pentru a nu-l arde arșița soarelui, dar țăranul îi răspunde:

- Când merg prin lanurile mele de grâu, nu-mi pun pălăria pe cap, pentru că trebuie să am respect față de puterea și acțiunea minunată a lui Dumnezeu, care lucrează aici în tăcere.

18. Cum?

O tigaie plină te satură, iar una goală te educă.

19. Întrebare, dar... răspuns?

Unei femei care își îngroapă soțul, i se spune văduvă. Unui bărbat rămas fără soție i se spune văduv. Un copil fără părinți e orfan, dar cum se numesc tatăl și mama unui copil care a murit?

20. Pregătirea

Oricum te-ai simți, scoală-te în fiecare dimineață și pregătește-te să-ți răspândești lumina.

21. Pilde – 17,12

Mai bine să întâlnești o ursoaică lipsită de puii ei, decât un nebun în nebunia lui.

22. Pilde – 22, 7

Pentru mort plângi că-i lipsește lumina și pentru cel nebun plângi că-i lipsește mintea.

23. Pilde – 17, 25

Feciorul nebun este necaz pentru tatăl său și amărăciune pentru mama sa .

24. Pilde- 22, 7

Mai bine este a purta nisip, sare și fier decât a locui cu un om fără minte.

25. Ei

Cei mai nefericiti, triști și angosați sunt cei care nu cred; ei se vindecă mai greu și trăiesc mai puțin.

26. Speranță și îndoială

Speranța este începutul fericirii; îndoiala este începutul nefericirii.

27. Speranță și îndoială

Speranța este credința că se poate, îndoiala este credința că nu se poate.

28. Înlăturare

Înlăturarea îndoielii e calea spre fericire.

29. Omul care are de toate

Era odată o familie care nu era nici bogată, nici săracă. Ei trăiau în Ohio într-o casă mică de țară. Într-o

seară, când s-au așezat la cină, a bătut cineva la ușă. Tatăl s-a ridicat de la masă și s-a dus să deschidă ușa. La ușă era un bătrân cu hainele zdrențuite, cu pantalonii ferfeliți și cu nasturi lipsă. Avea un coș plin de legume. I-a întrebat dacă voiau să cumpere legume de la el. Au cumpărat imediat, pentru că voiau să-l vadă cât mai repede plecat.

Cu timpul, s-au împrietenit cu bătrânul. Le aducea legume proaspete săptămânal. Au aflat curând că bătrânul era aproape orb, avea cataractă la ambii ochi. Dar era atât de prietenos, încât ajunsese să-i viziteze cu nerăbdare și să se bucure de compania lui.

Într-o zi, când le-a adus legume, bătrânul le spuse:

- Ieri, am avut cea mai binecuvântată zi! Am găsit lângă casa mea un coș cu haine pe care mi-l dăruise cineva.

Știind cât de mult avea el nevoie de haine, familia ce făcuse acest gest, zise:

-Ce minunat!

Dar bătrânul orb, continuă:

- Da, și cel mai frumos lucru este că am găsit familia care chiar avea nevoie de hainele acelea.

30. Dragostea nu va pieri niciodată

Era odată o insulă unde trăiau toate sentimentele umane. Buna Dispoziție, Tristețea, Înțelepciunea, Iubirea și altele. Într-o zi, sentimentele au aflat că insula se va scufunda în curând, așa că și-au pregătit navele și au plecat. Doar iubirea a hotărât să ceară ajutor. Bogăția a trecut pe lângă ea într-o barcă luxoasă și Iubirea i-a zis:

- Bogăție, mă poți lua cu tine?

- Nu te pot lua, căci e mult aur și argint în barca mea și nu am loc pentru tine.

Atunci Iubirea i-a cerut ajutorul Orgoliului care tocmai trecea pe acolo:

- Nu te pot ajuta, Iubire, aici e totul perfect... mi-ai putea strica nava.

Iubirea a rugat mai apoi Tristețea, care trecea pe lângă ea:

- Oh, Iubire, sunt atât de tristă încât simt nevoia să stau singură.

Chiar și Buna Dispoziție a trecut pe lângă Iubire, dar era atât de mulțumită încât nu a auzit că o striga.

Dintr-o dată o voce strigat:

-Vino Iubire, te iau cu mine!

Era un bătrânel cel care vorbise. Iubirea s-a simțit atât de recunoscătoare și plină de bucurie, încât a uitat să îl întrebe pe bătrân cum îl cheamă. Când au sosit pe țarm, bătrânul a plecat. Iubirea și-a dat seama cât de mult îi datora și a întrebat Cunoașterea cum se numește cel care a ajutat-o. Când a aflat că Timpul fusese, s-a întrebat de ce tocmai el. Cunoașterea, plină de înțelepciune, i-a spus:

- Pentru că numai Timpul e capabil să înțeleagă cât de importantă e Iubirea în viață.

(Aurel Văga)

31. Gânduri rătăcite de Octavian Paler

Ne-am obișnuit să trăim în încăperi și să nu vedem altceva decât ferestrele de lângă noi. Și pe măsură ce ne

obișnuim, uităm soarele, uităm aerul, uităm amplitudinea... și pentru că nu avem vedere, mai târziu ne obișnuim să nu privim afară. Ne obișnuim să ne trezim speriați pentru că am întârziat.

...Bem cafeaua pe fugă pentru că suntem în întârziere, fără a privi afară;

...Citim ziarul în autobuz pentru că nu putem pierde timpul.

Mâncăm un sandwich pentru că nu avem timp să prânzim.

Plecăm de la serviciu seara. Adormim în autobuz pentru că suntem oboșiți.

Cinăm repede și apoi dormim fără să fi trăit ziua.

Ne obișnuim să gândim și pentru persoanele apropiate nouă:

...vor fi mereu acolo și să credem că sunt bine.

... Să așteptăm toată ziua și în cele din urmă să auzim la telefon:

- Astăzi nu pot să merg... Rămâne de văzut când ne întâlnim... Ne întâlnim săptămâna viitoare.

Zâmbim oamenilor fără a primi un surâs înapoi. Suntem ignorați tocmai atunci când avem nevoie să fim văzuți.

Dacă munca noastră e grea, ne consolăm gândindu-ne la sfârșitul de săptămână. Iar la sfârșit de săptămână nu prea avem ce face, pentru că nu avem bani.

...Mergem la culcare devreme și gata,... pentru că oricum suntem în urmă cu somnul.

„Moartea este atât de sigură de victoria ei încât dă un avans de o viață întreagă.”

Timpul nu ne poate prinde și cu atât mai puțin opri...

...Existența noastră trece cu mare viteză, dar atâta timp cât suntem în viață... avem ocazia de a ne schimba obiceiurile, de a avea o existență de mai bună calitate.

...De a profita și a ne bucura de fiecare respirație, de fiecare bătaie de inimă.

Dumnezeu ne pune la dispoziție toate elementele pentru a fi fericiți, mulțumiți și recunoscători...

...pentru acest cadou, care ne-a fost dat cu atâta dragoste. **VIAȚA**. Viața nu trebuie economisită... trebuie trăită **DIN PLIN**...!

32. Cele 12 cupe ale miezului nopții

1. Prima cupă o închin pentru **sănătate**.

...Pentru că toți banii din lume nu o pot cumpăra.

2. A doua cupă o închin pentru **dragoste**.

...Pentru că viața ne este dată pentru iubire, nu pentru ură...

3. A treia cupă o închin pentru **noroc**.

...Norocul de a nu ne lipsi nimic din viață.

4. A patra cupă o închin pentru **visuri**.

...Pentru că ele să nu ne părăsească niciodată...

5. A cincea cupă o închin pentru **curaj**.

...Curajul de a accepta lucrurile pe care nu le putem schimba...

6. A șasea cupă o închin pentru **regăsire**.

...Dragostea, tandrețea și prietenia ne ajută să nu fim niciodată singuri...

7. A șaptea cupă o închin pentru **familie**.

... Pentru legăturile trainice ale unei familii unite...

8. A opta cupă o închin pentru **succes**.

... În toate proiectele noastre...

9. A noua cupă o închin pentru **pace**.

... În lume, între noi și în noi...

10. A zecea cupă o închin pentru **recunoștință**.

...De „A FI” în fiecare zi...

11. A unsprezecea cupă o închin pentru **imaginația ta**.

...Așa voi avea siguranța că nu ai uitat nimic.

12. A douăsprezecea cupă o închin **pentru lucrul cel mai important**.

...Binecuvântarea cerească a bunului Dumnezeu pentru fiecare zi a anului următor.

33. Nu-mi cere să-mi amintesc de Owen Daunell

Nu-mi cere să-mi amintesc,

Nu încerca să mă faci să înțeleg

Lasă-mi doar odihnă și gândul că-mi ești, ajunge.

Sărută-mi obrazul și ține-mă de mână

Dacă ai știi cât de nedeslușite mi-s toate,

Cât sunt de trist de bolnav și pierdut...

Tot ce știi e că am nevoie de tine,

Stai lângă mine orice ar fi,

Nu mă certa nu blestema și nu plânge
Eu nu pot fi altfel, oricât aş vrea.
Dar tu să îți amintești că am nevoie de tine.
Că din mine s-a dus și ce era mai bun...
Rămâi lângă mine,
Iubește-mă.
Până când și eu
Pe drum fără de-ntoarceri mă voi duce.

34. Decalogul Tăcerii de Rafael Noica

Taci, dacă nu ai de spus ceva valoros
Taci, atunci când ai vorbit destul
Taci, până când îți vine rândul să vorbești
Taci, până când ești provocat
Taci, atunci când ești nervos și iritat
Taci, atunci când intri în biserică pentru ca Dumnezeu
să îți poată vorbi.

Taci, când pleci de la biserică pentru că Duhul Sfânt
să poată imprima în mintea ta lucrurile pe care le-ai
auzit.

Taci, când ești ispitit să vorbești

Taci, când ești ispitit să critici

Taci, când ai timp să gândești înainte de a vorbi,
AMIN!

35. Paradoxul grijilor

În viață sunt două lucruri pentru care trebuie să îți
faci griji: dacă ești sănătos sau bolnav.

Dacă ești sănătos nu ai de ce să îți faci griji.

Dacă ești bolnav, sunt doar două lucruri pentru care trebuie să îți faci griji: dacă te faci bine sau dacă mori.

Dacă te faci bine, n-ai de ce să îți faci griji.

Dacă mori sunt două lucruri pentru care trebuie să îți faci griji: dacă ajungi în Rai sau în Iad.

Dacă ajungi în Rai, n-ai de ce să îți faci griji.

Dacă ajungi în Iad o să fii așa de ocupat să dai mâna cu toți prietenii tăi, că n-o să ai vreme să îți faci griji. Așa că de ce să îți faci griji?

(Aurel Vâga)

36. Să înveți să fii cel mai bun de Donna L. Clovis

Învăță-mă să merg și voi alerga,

Învăță-mă să privesc și voi vedea,

Învăță-mă să aud și voi asculta,

Învăță-mă să când și mă voi bucura,

Căci ce-mi spui tu să fac mi se întipărește în minte,

Și trăirile pe care mi le împărtășești le voi păstra,

Ce am învățat, voi prețui,

Și învățând să zbor

Mă voi înălța!

37. Pot

Pot să-mi înving temerile,

Pot să iau hrană pentru cei înfomețați,

Pot să ajut la oprirea poluării,

Pot să dăruiesc săracilor,

Pot fi ceea ce vreau,
Pot să-mi folosesc mintea,
Pot să dau sfaturi,
Pot să primesc,
Pot să mă port frumos,
Pot să ascult,
Pot să gândesc,
Pot să-i învăț pe alții,
Pot să știu pot,
Pot să dau,
Pot să simt,
Pot să văd,
Pot să,
Pot.

38. Dă-i mâna ta!

Un om se scufundase într-o mlaștină în partea de nord a Persiei. Numai capul îi mai ieșea din mocirlă. Striga din toate puterile după ajutor. Curând se adună o mulțime de oameni la locul accidentului. Unul se hotărî să încerce să îl salveze pe bietul om. „Dă-mi mâna, îi strigă. Te scot eu din mlaștină.” Dar cel vârat în noroi continua doar să strige după ajutor și nu făcea nimic să îi îngăduie celui alt să-l ajute. „Dă-mi mâna, îi ceru omul de mai multe ori.” Dar răspunsul era mereu doar un strigăt jalnic după ajutor.

Atunci, altcineva se apropie și spuse:

„Nu vezi că nu îți va da mâna niciodată? Trebuie ca tu să îi dai mâna ta. Atunci îl vei putea salva.”

39. Învățătorul, un grădinar

Munca unui învățător este ca cea a unui grădinar care îngrijește diferite plante. O plantă iubește lumina soarelui, alta umbra răcoroasă, uneia îi merge bine pe solul nisipos, alteia în pământul gras. Fiecare cere îngrijirea care i se potrivește cel mai bine, altfel rezultatul nu este mulțumitor.

40. Cuiburile murdare

O porumbiță își schimba mereu cuibul. Mirosul puternic pe care îl făceau cuiburile în timp, era important pentru ea. Se plânse de asta cu amărăciune în timp ce vorbea cu o porumbiță plină de experiență, bătrână și înțeleaptă. Aceasta din urmă dăduse de câteva ori din cap și zise: „Nu schimbi nimic schimbându-ți cuibul tot timpul, mirosul care te deranjează nu vine de la cuiburi, ci de la tine!”

41. a,b...a,b,c...a,b,c,d...

Era în Ajun de Crăciun. Părintele își privea biserica plină, multumindu-I lui Dumnezeu pentru acest dar. Și cu sufletul luminat începu slujba. Dar, nu trecu mult timp, când în biserică se auzi un glas tremurând de copil:

- a,b...a,b,c...a,b,c,d...

- șșșt, taci! Făcură cei din jurul lui.

Părintele își continuă lucrarea, când iar auzi:

- a,b...a,b,c...a,b,c,d...

Cei din jurul copilului începură să se neliniștească, deoarece acesta deranja nefiresc de mult slujba din Ajun

de Crăciun, magia lucrării fiind în pericol. Se liniști lumea într-o vreme, iar părintele reîncepu, când, auzi din nou:

- a,b...a,b,c...a,b,c,d...

Deja în biserică era rumoare, aproape gălăgie și toți ochii se ațintiră asupra copilului ce nu avea mai mult de 7-8 ani. Acesta, rușinat și necăjit, se ridică din bancă și dădu să plece. Văzându-l, părintele îl întrebă:

-Ce faci? Unde pleci? De ce pleci?

Copilul își ridică privirea plină de tristețe și neînțelegere și răspunse:

-Părinte, sunt orfan și casa mea e strada. Eu nu știu să scriu și să citesc, iar la școală nu am fost. Să știi, că nu știu nicio rugăciune. Da, am venit azi, în Ajun de Crăciun, să mă rog și eu lui Dumnezeu, cum știu. Am auzit niște litere și le tot repet, rugându-L pe bunul Dumnezeu, să-și aleagă dintre ele ruga mea, căci eu altfel nu știu să mă rog. Și acuma, plec, să nu vă mai tulbur cu vorbele mele și dădu să plece.

Atunci, ascultându-l cu atenție și privindu-l cu smerenie, părintele îl opri, spunându-i:

-Rămâi aici cu noi, căci acum ne vom ruga împreună cu tine.

Și spre mirarea și neînțelesul unora, părintele începu cu vocea-i ușor tremurândă de emoție:

- a,b...a,b,c...a,b,c,d...

Și toți enoriașii îl urmară iar în toată biserica, răsună rugăciunea copilului adusă de el, lui Dumnezeu, în Ajun de Crăciun:

- a,b...a,b,c...a,b,c,d...

42. O plăcută și credibilă legendă sfântă

Se spune că, de mult, de mult de tot, un țăran român, tare credincios și bun la suflet, ar fi fost îndemnat de inima-i fierbinte cu următoarea șoptire blândă: „Du-te în pădure și caută-ți copacul pe care să-l rogi să te ierte că-l vei tăia, îmbunându-l prin a-i spune că din trunchiul său vei desprinde doar o aripă de lemn și două ciocănele, cu care oamenii Îl vor slăvi pe Dumnezeu. Și mai spune-i aceluși mândru copac că glasul său se va numi toacă și că va răsuna mereu în preajma bisericilor răspândite prin țara românilor.”

43. Decalogul lui Octavian Paler

Prima poruncă: să aștepti oricât.

A doua poruncă: să aștepti orice.

A treia poruncă: să nu-ți amintești, în schimb, orice. Nu sunt bune decât amintirile care te ajută să trăiești în prezent.

A patra poruncă: să nu numeri zilele.

A cincea poruncă: să nu uiți că orice așteptare e provizorie, chiar dacă durează toată viața.

A șasea poruncă: repetă că nu există pustiu. Există doar incapacitatea noastră de a umple golul în care trăim.

A șaptea poruncă: nu pune în aceeași oală și rugăciunea și pe Dumnezeu. Rugăciunea este uneori o formă de a spera a celui ce nu îndrăznește să spere singur.

A opta poruncă: dacă gândul ăsta te ajută, nu evita să recunoști că sperii neavând altceva mai bun de făcut

sau chiar pentru a te feri de urmările faptului că nu faci nimic.

A noua poruncă: binecuvântează ocazia de a-ți aparține în întregime. Singurătatea e o târfă care nu te învinuiește că ești egoist.

A zecea poruncă: amintește-ți că paradisul a fost, aproape sigur, într-o grotă.

44. Alfabetul vieții creștine

Ascultă mai întâi și după aceea vorbește.

Binecuvintează și nu blestema.

Credința în Dumnezeu să-ți fie tăria vieții.

Dragostea acoperă multe greșeli, deci... iubește.

Experimentează zilnic rugăciunea.

Fugi de poftele păcatului.

Găsește totdeauna latura bună a lucrurilor.

Harul lui Dumnezeu îți este îndeajuns ca să fii bucurous.

Iubirea este darul lui Dumnezeu pe care L-a lăsat peste omenire.

Întotdeauna amintește-ți ce a făcut Iisus pentru tine.

Judecata este a lui Dumnezeu, nu judeca pe altul.

Kilometrii întregi a parcurs și Pavel. Nu te plânge de drumul până la biserică.

Lumina ta, să-ți fie cuvântul sfânt.

Muncește cu drag, ca pentru Domnul... oriunde vei fi.

Nu încerca să te dai mai mult decât ești.

Opune-te oricărui rău, oricărui păcat.

Părtășia cu frații să o înveți mereu.
Rabdă ispita și vei fi biruitor.
Să fii adeptul iubirii, al adevărului, al compasiunii și
empatiei.

Știința adevărată se obține prin iubirea de Dumnezeu.
Taci când nu ai cuvinte de zidire.
Ținuta să-ți fie modestă și decentă.
Urmărește pacea și neprihănirea.
Veghează mereu în rugăciune.
Zidește-ți casă pe temelia Cuvântului Sfânt.

În ceea ce privește **narațiunea morală** am dorit a ne opri asupra câtorva din cele ce au și substratul educațional, cuprinse de Samuel Andreevici la anul 1852 în **Legendariu românesc pentru întâia clasă a școlaelor poporene** (trans-literare – Pașca M D – 2017), impactul lor va fi incontestabil, deoarece atinge elemente de bază pentru menținerea echilibrului uman, pornind de la triada: **familie, biserică, școală**. Astfel:

„1. Sânguința este maica prisosinței. Cel ce lucrează vara are ce mânca iarna eara, și cela ce este sânguincios în tinerete, va ave zile bune la bătrânețe. Fii dară sânguincios la toate. Dimineață te scoală și târziu te culcă. Ce poți să faci astăzi nu lăsa pe mâine. De mergi nu număra pașii. De citești nu gândi la altele. De lucrezi nu lăsa una și apuca alta, ci lucrează cu stăruință, până vei duce lucrul la capăt.

2. Cel ce trăiesce în pace și bună învoire are mângâiere și dulce fericire. Împăcarea toate le îndulcesce, eară

gâlceava toate le amăresce. Unde este în casă pace, cele, cele ce nu sunt, prisosesc, eară unde-i gâlceavă și traiu rău și cele ce sânt se resipesc. Să iubesci dară pacea și să o păstrezi. Nu căuta pricină fratelui tău și nu-l amără pre dânsul. Nu atinge pre nime cu cuvântul și nu-l supăra cu fapta. Fii îngăduitoriu, și suferitoriu că așa vei fi plăcut tuturor. Blândețele încă mai frumos faptele cele bune, eară cruzimea le întunecă pe toate.

3. Între toți să cinstesci pre părinții tăi. Cel ce cinstesce pre tatăl său, se face vrednic de darul lui Dumnezeu. Și cel ce cruță pe maica sa este fericit în viața sa. De'n cuvântul părinților să nu eși și învățătura lor să nu o treci cu vedere. Locul cel mai îndămânat în casa ta să fie al părinților tăi, și îmbucătura cea mai bună părinților o dă. Nu uita de părinții tăi și după moartea lor. Pomenirea părinților să fie neuitată în casa fiilor.

4. Adevărul este lumina minții, iară minciuna este veninul sufletului. Adevărul luminează, eară minciuna întunecă. Să iubesci dară adevărul și să vorbești cele ce sânt adevărate. Minciuna să nu easă de pe limba ta, că ea te va aduce la rușine. Minciuna este ca o scântie din care se ațâță focul cel de multă stricăciune. Minciuna este urâtă înaintea lui Dumnezeu și a oamenilor.

5. Nu face prietenie cu cei răi și nu te însoți cu cei fără de lege. De ești curat, soții cei răi te vor păta. De ești bun, soții cei răi te vor strica. De ești cinstit, soții cei răi te vor defăima. O oae răpănoasă umple de rapăn toată turma. Prietiniile rele strică năravurile bune.

6. Nu întinde mâna la lucrul străin și să nu calce piciorul tău în moșia străină. Lucrează și vei avea, te ostenește și-ți va tihni odihna. De ai împrumutat ceva întoarce cu mulțumită. Ce ai cumpărat, plătește cinstit. Ce ai aflat, întoarce înapoi.

7. Ce nu poți împleni, să nu făgăduiesci. Cu cele ce nu ai, să nu te lauzi. Făgăduința este arvoana împlinirii și de nu o vei ține, de rușine vei rămâne. Cel ce făgăduiesce mult și împlinesce puține este între oameni de mare rușine .

8. Lângă omul cel bun, zidesc casa ta, și aproape de cel iubitoriu de pace, întemeiază gospodăria ta. Ferice de acela ce are vecin bun, dară vai de omul care lăcuiesc împreună cu iubitorii de gâlceavă. Megieșia totdeauna să o cruți Ce scii svătuiesc, cu ce poți ajuta, de cele ce sânt rele feresce pre venicul tău.

9. Nu te mândri pentru cele ce ai, că aceste au dat ție Dumnezeu. Astăzi leau dat ție și mâne mie. Cum ți leau dat așa le va și lua. Înaintea lui Dumnezeu sântem cu toții asemenea. Nu după avuție sau mărire ci după fapte ne deosăbim unii de alții.

10. Păstrează curățenia și buna rânduială întru toate. Curat să fie trupul tău, curate să fie veșmintele tale, curate să fie toate în casa ta. Unde nu-i curățenie și bună rânduială, acolo urmează fără întârziere sărăcie și ticăloșie.

11. Ascultă totdeauna pre cei mai mari, și urmează după poruncile lor. Nu te împotrivi și nu te răsti asupra mai marilor tăi, că numai capul plecat sabia nu' l tae, iară cela ce se înalță va căde.

12. Nu te răzâma în averea părinților și nu te lăsa în ajutorul neamurilor. Lucrează singur, și te deprinde a chivirniși cu înțelepciune, că agoniseala ta este cea mai sigură avuție.

13. Sănătatea este darul cel mai scump pe pământ. Până ce este omul sănătos de toate se bucură, eară celui slăbănăg toate sânt amară. Păstrează dară sănătatea că de o vei pierde nu o vei câștiga earăși. Nu te opinti peste măsură la rădicat, nu te întrece în desfătări și zburdări. De ești ostenit, nu bea apă rece, de ești asudat, nu ești la răceală.

14. Nu te lua nici când pe gânduri rele și depărtează den inima ta toate poftetele cele rele; pentru că de la dânsese devinu și faptele cele rele.

15. Nu acoperi pre cel rău și nu apăra pre cel fără de lege, că prin aceasta mai rău va fi. Nu invita pre altul la cirtă și nu întărâta pre cel pornit la mânie că urmările cele stricăcioase vor fi ție imputate. Nu svătui pre fratele tau la cele rele și smomi pre dânsul la fărădelegi, că aduni păcate străine asupra capului tău.

16. Ascultă mult și greșește puțin, că pentru aceasta au dat ție Dumnezeu duaă urechi și numai o gură.

17. Cumpenesce cu mintea cele ce voiesci să grăesci și judecă bine cele ce voiesci să faci. Decât să plângi la urmă, mai bine săți pară rău la început.

18. Nu deschide inima înaintea celor vicleni, ca să nu cazi în cursele lor, și nu apleca urechile la cuvintele lingușitorilor, ca să nu te înșeli. Vorbele lingușitorului sânt dulci dară ele aduc amărăciune”.

19. Băiatul și vișinele

„Un țăran merge cu fiul său în oraș. Pe drum mergând, vede omul de departe o bucată de potcoavă și zice băiatului: «Măi Toderică! Rădică bucată cea de potcoavă!» Eară băiatul răspunde: «La ce poate să fie bună o bucățică de fier așa de mică? Lasă-o să rămâie gios!»

Însă tatăl nu sau lenevit, ci plecându-se au rădicat bucată de potcoavă și o au pus în traistă. Ajungând ei în oraș, au abătut omul la un fierariu lângă drum și au vândut bucățica de potcoavă în trei cruciari. Făcându-și omul negoațele sale în oraș au cumpărat pe cei trei cruciari vișene, și puindule în traistă, sau întors împreună cu băiatul earăși acasă.

Era acu aproape de miazăzi. Băiatul flămânzi-se și însetoșase. Ar fi beut măcar apă, dară lângă drum nu era fântână. Deci ce face tatăl: a scăpat din traistă o vișenă, eară băiatul se plecă de grab și ridicând-o o băgă în gură. După câțiva pași se face țăranul earăși a scăpa o vișenă, eară flămândul băiat se plecă îndată și o apucă. Mergând așa înainte au făcut tatăl cu toate vișenele și băiatul de atâtea ori sau plecat de leau ridicat, câte vișene erau în traistă.

La vișena cea de pe urmă se întoarce tatăl către fiul său și zâmbind a râde îi zice : «Vișenele aceste leam cumpărat pe bucățica cea de potcoavă. De te-ai fi plecat odată să ridici potcoava, nu ai fi avut nevoie să te pleci de o sută de ori după vișene»”

20. Îndărătnicia aduce neplăcere

„Doi drumeți sau întâlnit oarecând pe drum. Și unul și altul nu voiesce să abată puțin într-o parte pentru că era amândoi îndărătnici. Ce se întâmplă însă? Strigând trece unul pre lângă altul cu carul și animă osiile. Cel cu osiea mai tare au trecut înainte, eară celălalt au rămas în mijlocul drumului, pentru că sau frânt osia. Dară și celălalt nu au ajuns departe cu îndărătnicia sa. Întâlnindu-se cu alt drumeți așijdere nu au voit să înconjure, însă osiea la carul celuilalt mai tare, animând, au frânt osiea la car.

Așa pățesc în dărătnicii totdeauna. Unul au rămas cu osiea frântă înainte, eară altul aici”.

Constituindu-se ca puncte de reper în abordarea de către preot în comunicarea cu enoriașii, dezvoltăm astfel un indice al implicării emoționale a cuvântului/vorbirii, astfel încât, mesajul să fie nu numai înțeles și acceptat, dar să și producă reacția benefică necesară.

CAPITOLUL 3

CORELAREA DINTRE COMUNICAREA PSIHO-PASTORALĂ ȘI PARTICULARITĂȚILE DE VÂRSTĂ

În comunicarea sa pastorală, preotul va avea ca interlocutori varii enoriași, începând de la copii și terminând cu persoanele aflate la senectute, dornice de „a se ști” și „cunoaște”. În acest context, este absolut necesar ca preotul, în comunicarea sa pastorală, să țină cont de particularitățile de vârstă a celor în cauză. Această necesitate provine din dorința de a cunoaște cât mai bine caracteristicile enoriașilor, astfel încât, comunicarea să fie cât mai eficientă, aducând un plus valorii de creștin și nu numai, persoana fiind ființă, iar nu obiect. Pornind de la perceperea lui Dumnezeu de către preșcolar, a raportării sale prin rugăciune și a vorbirii cu părintele (preotul) și până la „discuția filosofică” înainte de marea trecere, **preotul** va trebui să se raporteze la fiecare credincios după:

- capacitatea de înțelegere;
- implicarea în comunicare;
- respectul acordat subiectului discuției;
- responsabilitatea dialogului,

astfel încât, **mesajul**, prin informația receptată, să facă posibilă flexibilitatea gândirii, rigurozitatea cuvântului, toate dând valoare interlocutorului. Vârsta

credinciosului va fi una din „porțile” prin care, în comunicarea pastorală, sufletul se va deschide, iar:

- cunoașterea și îndrumarea,
- smerenia și binecuvântarea,
- acceptarea și înțelegerea,

vor fi pilonii de susținere a nevoii de comunicare și nu numai, consolidându-se relația între preot și enoriaș.

Iată maniera în care o victimă a soțului reușește să-și comunice către preot stările:

„Am venit la dumnevoastră pentru că am ajuns la capătul puterilor. Viața mea familială este o ruină. Bărbatul meu mă umilește zilnic... el este un om foarte sărăcăcios lăuntric, dar dispune de mulți bani. Acasă permanent urlă, și cred că astfel se exprimă nesiguranța lui profundă..., iar eu intru în jocul lui pentru că mă înspăimântez și aproape paralizez ca atunci când, copilă fiind, îl auzeam răcnind pe tatăl meu... dar acum sunt epuizată psihic și am venit să cer ajutorul specialistului...

Am citit într-o carte următorul fragment care mi-a atras atenția: «Violentul este un imatur psiho-afectiv, un slăbănog bântuit de sentimente de inferioritate; neavând suficientă stimă de sine pentru a se confrunța cu cineva într-o manieră constructivă, optează în viața de familie pentru agresiunea fizică, urmărind astfel să-și semnaleze și impune într-un fel prezența. El este, cel mai adesea, un impotent psihic, bolnav de ejaculare precoce, un individ caracterizat de o sexualitate brutală, repetitivă, previzibilă și – adeseori – degradantă.»

Când am citit aceste cuvinte m-am gândit imediat la soțul meu. Mă folosește pentru a-și verifica virilitatea incertă, pe care nu a pus-o niciodată la încercare într-un raport paritar, de egalitate cu mine. Niciodată el nu a văzut în femei persoane integre, adevărate parteneri de dialog, cu care să poată împărtăși sentimente, pentru o îmbogățire reciprocă. El știe doar să le consume, păcălin-du-le cu promisiuni că le dă serviciu, promisiuni niciodată ținute. Simt că apelează și la prostituate pentru aventuri meteorice.

Îmi interzice să mă angajez; nu am voie să vorbesc cu vecinele sau să am vreo prietenă. Mă simt prizonieră în casă. Sunt o izolată și o ratată: doar o menajeră pentru el, femeie care gătește și spală, primind în schimb, în loc de mulțumiri, înjurături, blesteme și pumni cu nemiluita. Tot orașul vorbește de opririle lui pe șoseaua de centură: dar nu reușește să facă nimic nici cu acele sărace femei cumpărate pentru cinci minute... M-am sfătuit cu preotul meu paroh și mi-a zis că am tot dreptul să-mi refac viața cum voi considera de cuviință; doar gândul că pot să-mi creionez un nou proiect de viață m-a umplut de entuziasm. Mi-am dat seama că până acum eu am fost incapabilă de a mă auto-afirma. M-am lăsat zdrobită de el... și chiar anulată... Nu asta vroia Dumnezeu de la mine. N-am știut să reacționez cu fermitate și să mă fac respectată.

Poate de aveam copii merita să sufăr pentru ei, să-l aibă cu ei pe tatăl lor natural; dar așa..., e mai bine să-mi văd de viața mea. Stima de sine mi-a ajuns ferfelită. Mă simt ca o cârpă. Permanent așa îmi spunea când se certa.

La fel făcea și tatăl meu în copilărie: mă numea „cârpă”... îmi amintesc cum odată, când am luat un 9 la matematică, m-a dus cu mașina în pădure, m-a dezbrăcat într-un luminiș în pielea goală, și m-a lăsat acolo, iar el a plecat, zicând că asta merit. Iar eu am plâns și m-am zgâriat pe ochi de frică. E drept că după o jumătate de oră s-a întors și m-a luat acasă, dar sentimentul acela de abandon și de vinovăție m-a traumatizat definitiv... n-o să uit niciodată ziua aceea...

Îmi dau seama acum că am activat un comportament patologic de dependență în raport cu soțul, cum aveam în copilărie cu tatăl. Deși se comporta groaznic cu mine, eu îi rămâneam atașată. Dar de acum, gata! Doar lui Dumnezeu îi mai rămân fidelă. Îmi recroiesc viitorul, după cum simt că este mai bine pentru mine. Gata cu umilirile lui sadice, gata și cu tăcerea mea bolnăvicioasă! Luminată de Dumnezeu, vreau o altă cale de a înainta în viață.”

În acest context,

a) Încadrat în această perioadă a evoluției sale de la naștere și până în jurul vârstei de 11 ani (când apare pubertatea sau preadolescența), **copilul** manifestă un anumit specific al vârstei. Astfel, se constată ciclic momente în care:

- are nevoie stringentă de mamă, cu care are o legătură specială de la naștere și până la un an;
- se dezvoltă între cei doi – mamă și copil – o dimensiune a compatibilității, adică:

- potrivirea parentală „contabilizează” armonia și înțelegerea părinților cu copilul, creându-se în timp structuri comportamentale sănătoase;
- slaba potrivire parentală duce la incompatibilitate și, în timp, la dezvoltarea unei atitudini afective carentiale;
- apariția în jurul primilor trei ani de viață ai copilului, a stărilor de rușine, autonomie, curiozitate („desface”, „distruge” jucării); cogniție exprimată prin sumedenie de întrebări: De ce? Cât? și joc ce-n multe cazuri îl ajută în socializările și raporturile sale cu un grup social;
- inițiativa, nevinovăția și „psihologia buzunarelor pline”, apare în perioada preșcolară (3-6/7 ani), când jocul, comunicarea, independența în mișcare, descoperirea lumii pun amprenta pe vârstă; copilul se recunoaște ca individ separat de ceilalți, ajungând chiar a se identifica cu părinții (care-i devin un ideal de viață).

Aceștia pot fi:

- echilibrați;
- indiferenți;
- exagerați;
- autoritari;
- inconsecvenți.

Astfel, **copilul părinților:**

1) **echilibrați** – are drepturi și obligații egale cu ceilalți membri ai familiei și participă intens la viața întregii familii; într-o astfel de familie se oferă dragoste, dar

se și pretinde responsabilitate. Copilul va avea încredere în sine, se va ști autocontrola, va fi fericit, prietenos, echilibrat din punct de vedere emoțional, iar în raport cu ceilalți va stabili ușor relații de prietenie, având mari șanse de reușită în viață, precum și perspective de a fi generos și fericit.

2) **indiferenți** – se va izbi frontal de o atitudine frecventă de neglijare și respingere, în spatele căreia se ascunde un mesaj de tipul: „Nu ești și nici nu ai fost dorit”; astfel i se refuză cele mai elementare drepturi, este des pedepsit, ridiculizat și izolat, fiindu-i afectată serios stima de sine, acesta simțindu-se inferior și nesigur, fără valoare, iar în relațiile cu alți copii, va fi brutal, răzbunător, arțăgos sau chiar agresiv fără motiv, suportând cu greu neacceptarea ce survine din partea celor din jur;

3) **exagerați** – este crescut într-un climat de „seră”, nu are obligații, nu i se anticipează dorințele, el fiind privat chiar și de activitățile ce le-ar putea realiza și care i-ar face bine. Drept urmare, în contact cu ceilalți copii, întâmpină greutăți, având tendința de a deveni pasiv, lipsit de inițiativă și incapabil de autoapărare, făcând din „refugiul în visare” calea de a evita contactul cu realitatea.

4) **autoritari** – este solicitat la o ascultare totală, interzicându-i-se să-și asume răspunderi și inițiative, fiind astfel împiedicat să-și dezvolte capacitățile de decizie și de acțiune; îi este subminată încrederea în sine și independența, astfel încât va deveni supus, ascultător, resemnat, incapabil de a lua autonom vreo decizie. În

consecință, va fi nefericit și ostil, cu toate că frecvent demonstrează loialitate, onestitate și corectitudine.

5) **inconsecvenți** – este profund derutat, deoarece părinții oscilează între autoritate și pasivitate, între indiferență și tutelă, fiind solicitat să opteze pentru anumite poziții într-o dispută, iar în altă dispută, să se situeze pe poziții contrare; va fi, deci, instabil, nesigur, ușor de atras și influențat de persoane rău intenționate.

Iată un tată disperat...

*„Sunt un tată disperat... care ar vrea să plângă, dar nu știe să plângă... mi-am pierdut – după o atroce agonie – unicul fiu de 20 de ani, iar acum sunt **strivit de o durere insuportabilă**, asaltat, zi și noapte, de amintiri, reproșuri, remușcări... l-am lăsat într-o drumeție pe munte cu prietenii, colegii de facultate, și acolo s-a cățărât pe stânci, lovindu-se la tâmplă... m-au sunat de la Terapie Intensivă să-mi dau acordul pentru prelevarea organelor, căci lovitura la cap a fost decisivă... Așa s-a terminat totul.*

*Foarte absorbit de locul de muncă, nu am apucat să-l văd cum crește, nu i-am acordat timpul care ar fi trebuit, nu prea am participat la viața lui. Acum este **prea târziu să o mai fac**. Tot îmi repet – ca să mă liniștesc – că aveam în gând ca în curând să-i acord mai multă atenție, ca ziua următoare să fiu mai mult cu el, că în anul următor mă voi ocupa mai mult de problemele lui... și iată că, pe neprevăzute, nu mai există „un mâine”, un „an următor”.*

Asupra fiului meu s-a așternut o colosală tăcere... nu-mi mai vorbește, nu-mi mai telefonează, nu-mi mai surâde la plecarea la facultate... iar tăcerile lui sunt definitive! Sunt distrus...

Anumite momente nu se pot recupera, uneori nu ne mai putem întoarce înapoi. Atunci îți reproșezi că ai fi putut face mai mult decât ai făcut. Te simți vinovat că nu i-ai spus în cuvinte că-l iubești, că te-ai mulțumit să i-o dai doar de înțeles prin gesturi, fapte... sau... sponsorizându-l, cum făceam eu. Nici o dată nu mi-am dat seama cât de importantă era pentru mine simpla lui existență... chiar dacă era la sute de kilometri distanță, la facultate... chiar dacă mă suna mai rar... Îmi era de ajuns că exista..., că-l purtam la inimă, că știam pentru cine mă jertfesc la serviciu...

Toate slujbele funebre pe care i le-a făcut preotul paroh nu au fost suficiente pentru a-mi alina suferința. Sunt eu însumi îngropat într-un mormânt de plumb, sunt pierdut într-un tunel din care nu mai pot ieși, căruia nu-i văd un capăt. Nu mai am nici o speranță. Cred în Dumnezeu, dar credința nu mă poate ajuta acum absolut deloc. Nu am fost un tată bun. Poate de aceea Dumnezeu m-a pedepsit atât de sever, luându-mi-l...

Acum nu mai vreau decât să mor... interveniți, vă rog, dacă puteți..."

Analiză psiho-pastorală:

Un tată care supraviețuiește morții fiului este foarte vulnerabil și fragil; e o dărâmare a sensului, de parcă nu

el ar fi fost cel care a adus la viață, ci acela care a fost adus... Rațiunea de a trăi a multor părinți sunt copiii, iar dacă aceștia mor, sensul vieții părinților s-a dizolvat... **Moartea se demonstrează a fi nu a celor care pleacă, ci a celor care rămân**, a celor care trebuie să suporte viața despărțiți de cei dragi. Atunci, din disperare, unii se atașează crispat de amintiri, precum un mutilat ce recurge la proteze pentru a se deplasa. Moartea unui fiu este o absurditate crudă, o faptă contra firii, un eveniment contra naturii, nedrept, care va persecuta, din memorie, pe tată, până la propria lui moarte.

Există momente în viață în care ne este imposibil să **conjugăm suferința cu speranța**. Iar când speranța lipsește, lipsește primul element din terapia durerii.

Pentru cel care crede în Dumnezeu, durerea are un rol reparator, corectiv, expiator, chiar mântuitor. Pentru el moartea este doar o trecere dincolo, la adevărata viață. Psihanaliza consideră că viața noastră individuală nu se epuizează în conștient, ci este completată și alimentată din inconștient, iar acesta, inconștientul, precede nașterea și merge dincolo de moarte, necunoscând trecerea timpului. **Noi existăm mai înainte de a ne naște, în gândul lui Dumnezeu!** Existăm dintotdeauna în intenția Lui creatoare!

Altă psiho-analiză pastorală:

Timpul în care suferim este **perceput ca fiind mult dilatat față de timpul normal**. Această distorsionare perceptivă face ca orele și zilele să pară interminabile.

Parcă îți dorești să mori împreună cu suferindul. Dispariția cuiva drag naște un sentiment de lipsă, de neputință. **Calea pe care durerea o găsește pentru a se exprima pe sine este plânsul, o regresie infantilă substitutivă cuvintelor**, care conține o descărcare de tensiune, un *catharsis*. Dar nu toți suntem capabili să plângem, căci, în copilărie, cei mari ne-au interzis să o facem, și plânsul bărbaților e văzut ca semn de slăbiciune. **A-ți plânge moartea fiului este însă un drept ce nu trebuie negat**, căci durerea împărtășită e mai puțin agresivă, în timp ce durerea mascată e izvor de mai mare suferință.

Întotdeauna **moartea întrerupe o relație**, de a cărei importanță mai înainte nu erai pe deplin conștient. Din cauza serviciului, a dorinței de succes profesional, din apetit de distracție, adeseori se sacrifică importante relații afective. Mulți oameni reușesc să substituie absența fizică a cuiva cu o prezență psihologică, vorbindu-i, invocându-l, visându-l, construind cu el un nou raport afectiv idilic, menținându-l între cei vii, într-o formă sau alta.

După o astfel de pierdere, **avem datoria să continuăm să trăim, nu doar să supraviețuim!** Pierderea cuiva drag este și momentul în care un tezaur se conferă psihicului nostru, care trebuie fructificat: este o invitație spre a deveni mai buni, a da mai multă semnificație propriei vieți. Prelucrarea interioară a doliului presupune transformarea unei pierderi într-o nouă cărămidă pusă la construcția propriei maturități psihologice.

Aceasta pentru că doar atunci când ai experiența întunericii știi aprecia valoarea luminii!

Copilăria mijlocie (6/7 – 10/11 ani) se identifică cu vârsta școlară mică; e perioada în care copilul se transformă în „elev”, timpul devine un timp pedagogic și apar elemente ca:

- hărnicia,
- perseverența,
- activitatea variată,
- inferioritatea.

El dezvoltă o anumită sensibilitate, este mai sigur pe el în cadrul familiei, fapt ce-i determină o conduită atipică în cazul apariției unor disfuncționalități, cum ar fi divorțul, certurile, bătăile etc.

Perioada celor aproximativ zece ani (10/11-20 de ani) a **preadolescenței și apoi adolescenței** este codificată ca o etapă a identității și/sau a confuziei de rol, unde căutările sunt cele care dau nota definitorie. Această perioadă (Tudose Fl. - 2003) este conceptualizată în termenii nevoii de a răspunde la două sarcini majore:

- transformarea dintr-o persoană dependentă;
- stabilirea unei identități.

În acest context căutarea de sine și permanentele întrebări: „Cine sunt?”, „Ce fac?”, „La cine mă raportez?” transformă această perioadă într-una în care structurile de personalitate se bazează pe cogniție și comportament. Fiind în căutare de „rol”, **adolescentul** se poate alătura anumitor „găști”, creând conflicte în relația sa cu: familia, școala și/sau societatea. Există situații în care își manifestă nonconformismul, sfidarea, dar și teribilismul,

ce pot duce la consumul de alcool și/sau droguri. Cu toate acestea, adolescentul se poate conforma unor standarde, reguli, dar și poate asuma responsabilități, acestea fiind rezultatele elementelor de flexibilitate și compatibilitate cu un nou „super ego”, dând, în timp, stabilitate și coerență personalității sale.

Iată o tipologie de adolescență în plină manifestare:

„Eu sunt o new-age-istă convinsă! Am făcut doi ani de psihologie, dar m-am lăsat... vreau TOTUL de la viață. Știu foarte bine cum e lumea de astăzi. Am înțeles perfect în ce direcție merg lucrurile. Am eu certitudinile mele. Îs foarte bună la intuiții. Pe ceilalți îi miros din prima. Întodeauna i-am simțit pe cei falși. Eu lucrez cu măsuri radicale. Nu discut cu oricine. Știu că sunt o ființă superioară. Tocmai de aceea nu accept orice relație. Sunt exigentă pentru că îmi cunosc valoarea. Părinții mei au aproape 70 de ani: mama a fost mare revoluționară în studenția ei, așa că nici nu a terminat facultatea, căci a constatat că studiile nu au valoare. Au și prigonit-o pentru aceasta profesorii. Tatăl meu a fost chiar sociolog. Așa că a descoperit din interior perversitatea sistemelor sociale. Tot ceea ce ține de social și de public este contaminat... nu mă las eu prostită. Mie să nu-mi dicteze nimeni cum să mă comport! Știu eu mai bine. Părinții îmi sunt datori cu foarte mulți bani. O să vă explic cândva. Îmi plac mult saunele și masajele. Dacă cineva își uită să mă felicite de ziua mea, rup orice legătură cu el. Cum se poate una ca asta? Am avut o ceartă monstru cu părinții căci nu mi-au

făcut plinul la mașină și eu n-am observat, până m-am blocat în trafic. Ce bătărănie! Doar le-am zis că celularul și mașina sunt pentru mine absolut necesare; nu concept o viață de umilință și privațiuni, ca în secolul trecut! O colegă obraznică m-a întrebat dacă eu nu greșesc niciodată. Nu! I-am răspuns ferm. Greșeli fac doar oamenii slabi, fără convingeri și orizonturi. Eu nu aparțin acestei categorii. Cu bunica nu vorbesc niciodată, căci m-a jignit. Când m-am dus la ea a început cu tot felul de critici: că stau pe banii părinților, că nu am terminat facultatea, că ce mai caut la București dacă am abandonat școala, că sunt mare consumatoare... Cine e ea să se bage în treabă? Ce, ea îmi dă banii? Bătrână depășită! Cea mai bună prietenă a mea este Iulia, pe care o prețuiesc pentru că – într-adevăr – niciodată nu m-a dezamăgit și nu m-a contrazis. E în consens cu ce zic eu, pentru că îmi simte valoarea și potențialul. Consum ceva droguri, dar sunt ușoare.... Mi le cumpăr căci îmi dau stări de mare bucurie. Și alți prieteni newage-iști o fac... am și eu dreptul la niște plăceri. M-ați întrebat ce vreau să fac în viață? Proiectul meu de viață este să ajung conferențiară pe la marile universități din Occident. Nu îmi place să fiu confiscată de un singur loc... și vreau să mă distrez... da... să mă distrez. Și mă deranjează oamenii slabi, care nu au reușit în viață. Să nu-i văd în ochi. Eu sunt o trimfătoare!...”

Este perioada pe care, în literatura de specialitate (20-65 de ani), o găsim „compartimentată” astfel:

- 20 ani – 25/28 ani adolescența târzie;
- 28 ani – 35/38 ani, tinerețea;
- 37/40 ani – 65 ani, maturitatea.

Clasificările pot continua mult mai variat și/sau mai sofisticat, datorită faptului că această perioadă își are conotațiile sale structurale evolutiv-valorice speciale.

Astfel, predispusă la schimbări, această etapă adultă obligă individul să fie capabil să se adapteze la toate schimbările ce pot să apară, marcând **faza de maturitate a adultului**. În această perioadă se produc fenomene ca:

- desăvârșirea statusului educațional;
- realizarea unui status social;
- găsierea locului și a rolului social;
- angajarea profesională;
- întemeierea familiei;
- apariția insatisfacției și a șomajului;
- apariția copiilor și creșterea acestora;
- creșterea rolului de „părinte”;
- pericolul divorțului;
- stări și reacții stresante în caz de boală;
- conștientizarea decesului în viața unei familii;
- apariția statutului de pensionar;

și lista imaginară ar putea continua, deoarece pentru fiecare individ în parte viața își are prioritățile ei și spectrul acceptării sau neacceptării reușitei sau/și eșecului, duce la apariția diferențelor între:

- concept,
- atitudine,
- conduită

și comportament individualizat.

În această perioadă putem vorbi, în cele mai multe cazuri, și de realizarea unei **situații stabile de „rol”**, ceea ce face ca **adultul** să-și dovedească în timp capacitatea sa de a se raporta prin muncă la statusul social ca parte a satisfacției sau insatisfacției personale. Cu toate acestea, apare „criza perioadei medii sau de mijloc a vieții”, atunci când evenimentele vieții declanșează stagnarea și adultul se simte vulnerabil, stare ce se poate accentua în timp, odată cu înaintarea în vârstă.

Iată reflecția unei femei ajunsă la confruntarea cu adevărata maturitate psiho-afectivă:

„Să știți că la 40 de ani începi să faci și niște bilanțuri ale propriei vieți, mai ales când ți-ai cheltuit-o neavând reguli, cum am făcut eu... niciodată în viață eu nu am beneficiat de atenția plină de grijă a cuiva..., care să creadă în mine; nici măcar părinții mei nu au făcut aceasta. Eu, încă din adolescență am colecționat relații amoroase foarte scurte; fiind foarte frumoasă, nu mi-a fost greu să-mi adun admiratori. Îi schimbă pe băieți ca pe ștrampi! – zicea mama mea de mine; aveam un mare talent în a duce acasă băieți care ei nu-i plăceau. La 18 ani am rămas însărcinată, fără să știu cu cine. Am făcut avort, apoi, pentru câteva luni, am fost foarte cuminte. Apoi mi-am reluat vagabondajul sentimental, convinsă, de fiecare dată, că am descoperit marea iubire.

Apoi m-am măritat. Nu i-am putut fi fidelă... mai ales vara; căutam în alți bărbați ceea ce el nu-mi putea

oferi. El mă iubea mult; eu îl completam pe el, dar el nu mă completa pe mine. Mai întâi de toate, îi reproșez că era prea rapid la pat, făcea dragoste într-un ritm alegro, fără să-și dea seama că nu mă mulțumește. Nu puteam continua așa la infinit..., așa că, după 5 ani, l-am părăsit. De atunci, nu mai știu numărul bărbaților care mi-au trecut prin pat.

Fidelitatea mă omoară! Vreau să seduc, să cuceresc, am poftă de noutate, trepidez toată la o relație nouă; nu vreau rutină sexuală, iubesc transgresiunea! Nu mă interesează ce gândesc ceilalți: în aventurile mele eu mă auto-servesc cu ceea ce vreau, și dau ceea ce vor alții. Adeseori iau cu împrumut pe bărbații altor femei, dar, după câteva întâlniri amoroase cu aceștia, îi restitui nevestelor lor. Dar, după ce fac sex, mă simt extrem de pustiită lăuntric; mă simt mai goală ca înainte. Le invidiez pe femeile care pot iubi: eu mă blochez emoțional; poate că nu-s chiar așa liberă cum cred.

Practic colecționismul sexual: atâtea aventuri!..., fără nici o amintire semnificativă. Contacte rapide, lipsite de afectivitate, unire a trupurilor, dar nu a inimilor; asta poate pentru că sunt incapabilă să mă abandonez, adică să dau. Nici nu știți cât este de trist să te trezești dimineața și să descoperi un necunoscut cu tine în pat... de care să nu știi cum să te scapi cât mai repede.

Mi-a zis odată un preot că la baza comportamentelor mele imorale sunt conflicte inconștiente puternice, care nu vor să iasă la lumină. Că mă definește o feminitate tulburată, dislocată. Aleg permanent paturi greșite și trec

dintr-o dezamăgire într-alta. După fiecare aventură amoroasă ce o am, îmi dau seama că numai emoțiile pot da valoare unui raport sexual.

Îmi dau seama acum că am căutat permanent în sex dragostea pe care nu am primit-o de la nimeni; iubire pe care nu am avut-o nici față de mine însămi. M-am definit permanent în funcție de dorințele celorlalți; mi-am pierdut demnitatea crezând că am valoare doar ca obiect de plăcere pentru alții.

Simt nevoia să încep o viață nouă. Mă simt atât de singură! Căsătoria nu m-a făcut fericită pentru că nu știam să iubesc. Cel puțin,... mă ferea de atâtea dezamăgiri! Am încercat toată viața să ascund de mine însămi și de alții vulnerabilitatea mea, prefăcându-mă că sunt sigură, pentru a camufla lipsa sentimentelor stabile. Dar stima de sine nu se naște doar din prețuirea altora...

Acum îmi dau seama câte **atitudini autodestructive aveam...** făceam dragoste din disperare, nu cu bucurie. Pentru a mă maturiza psihologic, îmi dau seama că trebuie să-mi recunosc greșelile și să las deoparte orgoliul. Abia acum am înțeles că **absența unor limite nu este libertate**, și că fără legături de dragoste ești dezrădăcinată! Prin căsătorie, îți impui niște reguli și niște limite: dragostea nu se realizează la întâmplare, în orice pat te arunci... cu oricine..., ci se realizează pe deplin numai când ești pregătit. Iar eu nu am fost pregătită! Bărbatul potrivit apare când ești tu pregătită.

Acum sunt conștientă de **colosala mea imaturitate afectivă**. Cu adevărat performantă sunt dacă aș ști să

revitalizez erotismul în viața conjugală cu același partener, practicând o viață intimă rafinată, construind complicitate cu soțul meu, demonstrând loialitate! Asta vreau să devin!”

Analiză psiho-pastorală:

În spatele aparențelor afișate, de femeie emancipată și lipsită de tabuuri morale și sociale, avem **o victimă, privată de sentimente**, o pacientă izolată, într-un deșert emotiv, având **un eu inconsistent și nesigur**. Când afirmă că **un singur bărbat nu-i poate satisface toate nevoile amoroase**, în realitate caută cu disperare împlinire narcisistă, al cărei obiectiv este doar posedarea celuilalt. De aceea, **odată cucerit un trofeu, îl disprețuiește și îl aruncă**.

Nivelul de responsabilitate al cuiva depinde de nivelul de maturizare psihologică. Adeseori nu se știe face diferența între bine și rău, din cauza unui coeficient etic foarte scăzut, care nu s-a format în ambientul în care subiectul a crescut. Fractura dintre gândirea morală înaltă și comportamentul moral practic cotidian ascund tentativa de a atenua culpabilitatea profundă. **Nevoia compulsivă de a schimba partenerii maschează cererea obsesivă de a primi mai multă atenție și dragoste**. Raționamentele defensive și cuvintele de dezvinovățire se nasc din **nevoia de a ține sub control agresivitatea distructivă ce o are îndreptată contra ei înseși, în inconștient!**

Colecționismul sexual este un mare dușman al cuplului stabil. Sexualitatea cunoaște două părți, două

etape: prima este stimularea sau ațâțarea, a doua este satisfacția sau împlinirea. La aceasta, a doua parte, stă rău pacienta. **Satisfacția nu derivă doar de la o plăcere fizică, ci de la o împlinire emoțională**; puțini au înțeles că sexualitatea este un limbaj, o formă de comunicare cu trupul a sentimentelor și emoțiilor; biologia trebuie să devină psihologie afectuoasă.

Pacienta noastră este **prizonieră a unor conflicte profunde**, care îi tulbură potențialul afectiv, chiar dacă, în plan conștient, s-a dezlănțuit în viața sexuală, dar a făcut-o în dauna unei intimități adevărate, profunde: Declară ea că vede în bărbați doar niște tovarăși de drum care urcă în propriul compartiment de tren și apoi coboară, fiecare, la stația ce-l interesează. Îi accept, îi devorez și apoi continui goana nebună, fără să mă mulțumească nici o relație. Sunt ca o copilă care atunci când a primit o jucărie nouă, se plectisește repede, uitând-o într-un colț de cameră. Sunt un enorm bazin care-i primește pe alții, fără să se umple niciodată...

În terapie, pacienta e invitată pe **traseul asociațiilor libere** și ajunge să se **conecteze la lumea ei interioară**. Din exterior, terapeutul observă parcursul asociativ. A-l îngriji pe celălalt nu înseamnă doar **să vindeci simptomul sexual** (an-orgasmie, ejaculare precoce, impotență), să-l elimini, ci **să reactivezi dorința lipsă**, să depășești condiția patologică, să ajungi la situația pre-simpomatică.

Întotdeauna, înainte de a apărea simptomele, există **o stare patologică latentă sau subliminală**. Datoria

terapeutului nu este deci doar să elimine simptomele (care pot fi apărări utile), ci **rezolvarea conflictului interior**, aplanarea colosalei conflictualități. În timpul ședințelor terapeutice sunt interpretate cauzele profunde care condiționează comportamentul. Când o femeie are în adâncuri **certitudinea că nu valorează nimic**, poate foarte ușor să **folosească trupul pentru a obține recunoaștere și valoare în ochii celorlalți**. Trebuie să distingem, deci, între sexualitatea care se naște din iubire pentru partener și o sexualitate pur genitală care e folosită doar pentru **a verifica propria putere seductivă**. E cazul pacientei noastre, care, din cauza unei **fragile stime de sine**, are nevoie să se oglindească în ochii atâtor bărbați, pentru a-și certifica propria imagine de femeie seductivă: o narcisistă căutare de confirmări!

Dacă munca înnobilează viața de adult, dându-i acestuia prestanță, siguranță, securitate psihologică, responsabilitate și valoare (mai ales în perioadele de randament maxim), în momentul încetării acesteia (făcută fără pregătirea psihologică specială vizând încetarea activității profesionale căreia i-a fost dedicată „o viață de om”) se produce o profundă criză; apariția statusului de „pensionar” poate crea turbulențe și chiar dizarmonii agresive. Dacă vârsta și capacitatea fizică și psihică permit, se poate interveni cu elemente de reconversie profesională și resocializare, astfel încât adultul să controleze și diminueze eventualele stări de izolare și ipohondrie care pot presăra momentele dificile din acest segment de viață.

d) Am renunțat cu bună știință la termenul de „bătrân”, „bătrânețe”, deoarece, în literatura de specialitate este acreditată terminologia legată de:

- a) vârsta cronologică = privită ca o constantă variabilă, relativ egalitară pentru toate persoanele născute la aceeași dată;
- b) vârsta psihologică = ca entitate generală care nu se referă atât la complexitatea personalității, cât la stratificarea de conduite adaptative care permit forme ascendente de adaptare și de aport social, astfel încât, la peste 65 de ani putem vorbi despre „înțelepciune personificată”, nonagerarii fiind deja o categorie la care tot mai des se face referință.

Așa cum spunea Athanasiu A. (1983), îmbătrânirea trebuie înțeleasă ca un proces complex de involuție și restructurare, declin și compensare, eventual și de câștig, fiind considerată uneori ca o schimbare de interese și de accente. Atitudinea față de muncă, dar și cea legată de propria viață, face ca perioada în sine să fie pentru unii, destul de stresantă:

- a avea sau nu o familie,
 - a fi sau a nu fi singur,
 - a fi sănatos sau bolnav,
- dar mai ales,
- a te teme sau nu de moarte,
 - a fi pregătit pentru „lunga călătorie”

reprezintă tot atâtea întrebări, dar și mai multe răspunsuri, pe care persoana aflată la senectute le trăiește; fiecare om este unic, fiecare caz face trimitere, de cele

mai multe ori, la un „stil de viață” personal, creându-se „biografii” irepetabile.

După Iamandescu I.B. (2002), **vârstnicul** trăiește un veritabil complex de inferioritate, amplificat de apropierea pensionării sau de ieșirea la pensie, cât și de anturajul său social:

- sentiment de inutilitate socială;
- subapreciere personală;
- pierdere a sensului existenței

toate regăsindu-se ca **modificări ale imaginii de sine**. Tot în această perioadă asistăm, de asemenea, la **tulburări cognitive și afective** ce apar concretizate în:

- scăderea memoriei;
- scăderea funcțiilor senzorio-motorii;
- probleme legate de apariția stării de depresie; elemente de anxietate și multe alte modificări structural-comportamentale.

Preotul, fiind în cunoștință de cauză de toate cele menționate până aici, își poate modela comunicarea pastorală cu enoriașul astfel încât acestuia să-i crească încrederea, imaginea și stima de sine, iar orizonturile credinței să-i ofere optimism și angajare deplină pe drumul mântuirii.

CAPITOLUL 4

COMUNICAREA PSIHO-PASTORALĂ ÎN SITUAȚII SPECIALE

Un element ce ar putea reprezenta o noutate în anumite situații îl constituie **comunicarea pastorală** în situații speciale, mai exact atunci când enoriașii sunt:

- a. cu cerințe educative speciale (CES)
- b. deținuți (persoane private de libertate)
- c. cadre militare (unități militare, tabere de operațiuni)
- d. spitalizați,

În aceste cazuri este necesar ca preotul să dezvolte în plan practic unele abilități speciale de comunicare, pentru ca mesajul să fie înțeles, iar feedback-ul să corespundă investiției structural-relaționale inițiate.

În acest context:

a) în comunicarea pastorală cu persoanele cu dizabilități (sau cerințe educative speciale – CES), numite „**beneficiari**”, întâlnite în

- O N G –uri;
- fundații;
- asociații;
- învățământ special,

preotul va trebui să țină cont, în intervenția sa, de structurile atitudinal-comportamentale prezente,

- **dovedindu-le:** înțelegere – încredere – întrajutorare;
- **înlăturându-le:** disconfortul – depersonalizarea – dizarmonia;
- **acordându-le:** speranță – dragoste – dăruire;
- **acceptându-le:** ca ființe ce au dreptul la viață – iubire – familie – educație, ei fiind „egalul” nostru și fiind iubiți în aceeași măsură de Dumnezeu; înțelegerea lor trebuie să fie una specială.

Pentru a putea comunica în bune condiții și cu eficiență maximă, preotul e necesar să țină cont de anumite elemente specifice; astfel, să-i/să:

- inspire încredere;
- explice pe înțelesul lui, ce-l supără, ce-l frământă, ce-l nemulțumește;
- accepte explicațiile;
- nu creeze stări conflictuale;
- dezamorseze stările conflictuale;
- înțeleagă suferința;
- să comunice și cu părinții (dacă este cazul) sau cu alte persoane ce-l/ce-i însoțesc;
- ia atitudine;
- dezvolte elemente de comunicare non-verbală, acolo unde este cazul;
- evite inițierea unor discuții contradictorii și neconstructive;
- își controleze propria atitudine, conduită și comportament față de beneficiari în așa fel încât întreaga

comunicare să decurgă într-o stare de normalitate și atmosferă firească, dată de cei doi actori (preot și beneficiar) implicați în ea. De asemenea, preotul e necesar să aibă minimul de cunoștințe legate de acest „segment logistic”, putând face diferența între:

- **deficiență** = se referă la afecțiunea fizică sau organică ce determină o stare critică în plan psihologic (pierderea sau deficitul unor funcții ori chiar a unui organ, fapt ce defavorizează desfășurarea activităților);
- **handicap** = accentuează consecințele, dificultățile de adaptare la mediu și ia în considerare și stările critice ce apar prin educație deficitară, condiții de mediu ce defavorizează evoluția normală, perturbările funcționale sau destructurarea lor, inadaptrile, obișnuințele și comportamentul neadaptiv, întârzierile, retardurile și privațiunea de o funcție etc.

Identificăm în acest context:

1) **Handicapul de intelect** (oligofrenia) se identifică și prin termeni ca: deficiență mintală, întârziere mintală, debilitate mintală; măsoară în centile coeficientul de inteligență – Q.I. în:

- intelect de limită sau liniar cu un Q. I, estimat între 85-90 și marchează granița dintre normalitate și handicap,
- intelect ușor (debilitate mintală) cuprins între 50-85, Q.I și corespunde unei dezvoltări normale la vârsta cronologică între 7-12 ani;

- handicap de intelect sever (imbecilitate) cu un Q. I între 20-50; corespunde unei dezvoltări normale la vârsta cronologică de la 3-7 ani;
- handicap de intelect profund (idioțenie), sub 20 Q.I, vârsta cronologică normală până la 3 ani.

Este bine de știut că, după gradul său, handicapul de intelect, poate fi atenuat prin activități de :

- învățare;
- terapii ocupaționale;
- adaptare;

iar în **comunicarea sa pastorală** cu un asemenea beneficiar, **preotul** va ține cont de anumite elemente, cum ar fi:

- nu te arăta impresionat neplăcut de sindromul de care suferă;
- zâmbește-i, încurajându-l să-ți vorbească;
- nu te enerva dacă repetă de mai multe ori un cuvânt, o propoziție sau o frază, încearcă să rămâi calm;
- nu te arăta deranjat de zâmbetul râsul sau rânetul permanent (fără rost) pe care îl manifestă, fiind o consecință a handicapului;
- fă abstracție de un tic nervos pe care îl are, el fiind inconștient de el;
- nu răspunde chiar dacă te simți frustrat și indignat la anumite apelative vulgare pe care le poate adresa, în inconștiența lui;
- nu riposta la modul lor de comunicare și înțelegere, deoarece vârsta cronologică nu coincide/corespunde cu vârsta psihologică.

2) **Handicapul de auz** (surdologia) face parte din categoria afecțiunilor senzoriale, apare muțenia, iar când degradarea auzului se produce după achiziția structurilor verbale, are loc un proces de involuție la nivelul întregii activități psihice, depistându-se în timp:

- hipoacusia;
- surdo-muțenia;
- în curs de demutizare,

se recuperează prin folosirea limbajului mimico-gestual, dar și labiolectură (cititul de pe buze), prin relaționarea și socializarea cu cei din jur.

În **comunicarea pastorală, preotul** va avea grijă:

- să nu stea în spatele beneficiarului, acesta neauzindu-l și nevăzându-l;
- să stea în fața beneficiarului ca acesta să poată înțelege mesajul din priviri;
- să nu-și acopere fața, mai ales buzele, beneficiarul putând face labiolectura;
- să vorbească mai tare și mai rar dacă observă o ușoară enervare din partea celui cu care comunică;
- să-l încurajeze în a arăta că a înțeles ce i s-a spus;
- să folosească un minim de elemente din limbajul mimico-gestual;
- să aibă o atitudine plină de respect, înțelegere și acceptare, zâmbindu-i;

3) **Handicapul de văz** (tiflogie) apare la persoanele cărora le este afectată vederea de la naștere sau pe parcursul vieții, din cauza unor boli și/sau accidente, și se manifestă sub formă de:

- ambliopie;
- ceclitate (orbire);

fiind persoane orgolioase și care în general nu manifestă și un handicap de intelect, vom încerca să nu folosim ostentativ pentru ei etichetări/formulări ca: „chiori”, „orbi”, indicat ar fi termenul de „nevăzători”.

În abordarea lor, **preotul** va avea grijă la:

- tonalitatea vocii care trebuie să fie calmă, liniștită, transmițând beneficiarului încredere;
- stimularea beneficiarului de a comunica și a participa activ la tot ce se întâmplă în jurul lui;
- abordarea sa fără ca acesta să se simtă ofensat sau jignit, totul să pară normal;
- oferirea ajutorului în deplasarea sa, în cazul în care este nevoie și solicită, mulțumindu-i că te-a lăsat să-l ajuți;

4) **Tulburarea de limbaj** apare la o anumită vârstă și din varii motive. S-a constatat că la unele persoane care dezvoltă o tulburare de limbaj apare în general și o stare de frustrare, comunicarea cu cei din jur este destul de anevoioasă, iar teama de a nu greși îi împiedică, în multe cazuri, de a mai relaționa cu cei din jur. În cadrul tulburărilor de limbaj vorbim despre (întâlnite în cadrul logopediei):

- pronunție (dislalie);
- ritm și fluența vorbirii (bâlbâială);
- voce (afonie, disfonie);
- polifonie (afazie, alalie);
- dezvoltare a limbajului (mutism prihogen, voluntar);

- retard sau întârziere în dezvoltarea genelor vorbirii;
- disfuncții psihice (ecolalii);
- citit-scris (dislexie, disgrafie)

În **comunicarea sa pastorală**, **preotul** ține cont de:

- păstrarea calmului când cel în cauză se bâlbâie și creează o atmosferă hilară;
- rugămintea de a repeta mai rar cele ce urmează a fi comunicate, dacă debitul verbal este rapid;
- dorința de a vorbi mai tare dacă beneficiarul vorbește prea încet;
- poziționarea în fața persoanei pentru a-i putea urmări și mișcarea buzelor;
- acordă-i atenția cuvenită;

5) **Handicapul de motricitate** cuprinde infirmitățile motorii sau locomotorii și unele boli permanente (respiratorii, cardiopatiile, diabetul) care influențează în mod negativ capacitatea fizică. În comunicarea cu un asemenea beneficiar, **preotul** va porni de la:

- fă abstracție de deficiența morfologică globală pe care o are, de: creștere, nutriție, atitudine, tegumente, musculatură, oase, articulații și comportament;
- nu fă observații legate de modul de comunicare;
- consideră-l persoană egală cu care poți comunica într-o situație dată;
- ascultă-l și cere-i părerea dacă este cazul;
- acordă-i tot respectul cuvenit.
- oferă-i sprijinul de care are nevoie și pe care ți-l poate cere;

Este de preferat ca în **comunicarea sa pastorală** cu persoana CES, **preotul** să conștientizeze faptul că este important ca beneficiarul:

- să creadă și să se raporteze la credință în felul lui și pe înțelesul lui;
- să se poată ajuta singur, având încredere în propriile puteri;
- să participe la serviciul credincios (slujbă, biserică, sărbători) după puterile sale, preotul facilitându-i înțelegerea;
- să se apropie de Dumnezeu în felul lui, la nivelul lui de înțelegere – chiar dacă spune „este Dumnezeul meu”;
- să-și dorească a fi părtaș la lucrarea pământească a lui Dumnezeu, căci atunci puntea de legătură va fi trainică, iar cei doi îl vor iubi în felul lor pe Dumnezeu.

Deci, pentru a comunica cu persoanele cu dizabilități e necesar mult suflet, după formularea filosofului Lucian Blaga: „Eu simt că sufăr de prea mult suflet”; ne cunoaștem și educăm pentru a dăruia atât de puțin, ceea ce pentru alții este atât de mult; „Doamne acordă-mi seninătatea de a accepta lucrurile pe care nu le pot schimba, curaj să pot schimba lucrurile pe care pot să le schimb, și înțelepciunea de a vedea diferența” („Rugăciunea seninătății”, după Pașca M.D. - 2008).

b) Un loc aparte îl ocupă activitatea preotului în penitenciare, astfel încât comunicarea sa cu

persoanele private de libertate presupune o cunoaștere îndeaproape a ceea ce înseamnă:

- noua identitate, aceea de „deținut” a persoanei în cauză;
- destructurările de personalitate ce pot apărea la un moment dat în comportamentul deținutului;
- incapacitatea de a depăși anumite situații privind starea de detenție a persoanei în cauză, fie bărbat sau femeie;
- conștientizarea faptului că o greșeală poate fi îndreptată, căința fiind factor decisiv,

dar cel mai important lucru fiind acela de **a-l găsi sau a-i regăsi pe** cei pentru care soarele „are dungi pe Dumnezeu”. **Preotul** care acționează în penitenciar **trebuie** să pornească în **comunicarea sa pastorală** cu deținuții aducându-i prin puterea cuvântului spre lumină și pe calea cea dreaptă astfel încât să-și mărturisească păcatul cu smerenie și cu capul plecat întru rugăciune. Toate acestea pot reprezenta un punct viabil în comuniunea preotului cu făptașii/ infractorii, atunci când el însuși va da dovadă de:

- multă credință;
- probitate profesională;
- seriozitate;
- respect;
- prestanță;
- siguranță de sine;
- atitudine;

și multă iubire față de Dumnezeu, nelăsându-se prins în jocul atât de versat, alunecos și ambiguu al unor deținuți

pentru care detenția și penitenciarul nu reprezintă o ispășire a greșelilor, poate nici prima casă, dar cu siguranță pentru unii locul în care „când n-am unde și la cine, e bine”, adică... adresa de rezervă.

c) Prezența **preotului în unitățile militare și/sau în teatrele de operațiuni** a început să devină o constantă; preotul face „corp comun” fiind cel ce are grijă de sufletul celor pentru care patria e mai presus de orice. Astfel, preotul în comunicarea sa pastorală cu cei „de sub arme” va fi nevoit a aduce:

- liniștea;
- compasiunea;
- speranța;
- înțelepciunea;
- acceptarea;
- încrederea;
- devotamentul;

făcând ca momentul de criză să poată fi depășit și cu ajutorul unei... povești, relatări, interacțiuni benefice, pentru ca aceștia, găsindu-L și regăsindu-L pe Dumnezeu, să dobândească convingerea că credința nu i-a părăsit niciodată. Și-n toate acestea, cuvântul, zâmbetul, privirea caldă și îmbărbătarea vor dovedi prezența benefică a preotului militar care va înțelege foarte bine că... în tranșee viața e clipa nemuririi, iar „Servim patria!” e codul de onoare al fiecărui militar.

d) Aflat și pe coridoarele **spitalelor**, nu ca pacient, ci ca **preot** al acestor lăcașe, lucrarea lui Dumnezeu prin **comunicare pastorală**, se poate înfăptui și aici. Există

situații în care o vorbă bună de alint și îmbărbătare sau/ și o discuție creștină pot și în cele mai multe cazuri, sunt benefice alături de tratament, pacientului spitalizat. Pentru că însăși instituția spitalului este una specială, preotul trebuie să cunoască anumite structuri specifice mediului pornind chiar de la definiția instituției „spital”; după Perow Ch. (1965) - Rădulescu S.M. 2002 instituția presupune:

- sistemul cultural, care stabilește scopurile (sistemul de apreciere a valorilor);
- tehnologia, care oferă mijloace pentru realizarea scopurilor;
- structura socială a organizației (diviziunea muncii, tipul de autoritate, responsabilitățile, rețelele de comunicare);

stabilindu-se raporturi care dau unitate structurală și oferă posibilitatea de exercitare a funcțiilor instituției spitalicești.

Legat de spital, apare și termenul de „internare” (perioadă de timp limitat în care pacientul este supus unor investigații medicale desfășurate într-un spațiu anume, bine delimitat și funcțional), care poate constitui pentru pacient un element de stres, Azamfirei L. (2010), din mai multe, motive cum ar fi:

1. Internarea într-un spital este, de cele mai multe ori, o confirmare că boala de care cineva suferă nu poate fi tratată la domiciliu, fiind, fie mai gravă, fie mai complexă. Chiar și internarea pentru stabilirea unui diagnostic creează, prin îngrijirile asociate întrebărilor

la care se caută un răspuns, o stare de preocupare care se adauga simptomelor bolii propriu-zise.

2. Mutarea, chiar și temporară, dintr-un mediu familial și familiar, în care își găsesc locul obiceiurile zilnice, persoanele dragi sau măcar cunoscute, într-un mediu străin, nu întotdeauna prietenos, în care funcționează reguli și în care intimitatea este deseori agresată, face ca acela care urmează să se interneze să se desprindă greu de locul de unde pleacă și să se adapteze greu locului în care intră;

3. Necesitatea de a intra în contact direct și dintr-o dată cu persoane până de curând necunoscute (colegi de salon, personal medical) poate crea o stare de inhibiție mai ales persoanelor care nu au ușurința de a fi sociabili, de a se deschide celor din jur, de a comunica și de a se împrieteni.

După exemplificarea elementului de internare din perspectiva pacientului, este necesar a se umaniza spitalul, acesta fiind un loc în care medicul trebuie să-l înțeleagă pe cel dintâi, să-i insuflă încredere și speranță, neuitând nici o clipă calitatea de om, de ființă și nu de obiect, a celui în cauză. Pe loc imediat următor se situează preotul, capelanul spitalului, care are o mare datorie pastorală în privința integrării temporare în noul areal a pacientului internat.

În acest context sunt recunoscute stările care bulversează persona devenită „pacient” prin **spitalizare**, ajungându-se uneori ca aceasta să nu se mai recunoască, putându-se vorbi la un moment dat de fenomenul de

„depersonalizare”, dându-se naștere unei persoane alie-nate, ajungându-se în unele situații la tendințe ce pot separa prin relația intrapersonală „eul fizic” de „eul psihic”, creându-se confuzie în legătură cu controlul exercitat asupra propriei vieți. La toate acestea se poate ajunge atunci când există anumite mecanisme de control care accentuează depersonalizarea pacientului.

Coe R.M. (1970) surprinde asemenea mecanisme sub forma:

- **„dezbrăcarea” și impunerea unei anumite vesti-mentații** = este cea care înlătură orice simbol distinct ale personalității bolnavului sau al diferenței dintre bolnavi și separarea de orice prezentare care marca, anterior internării în spital, poziția socială diferită a fiecăruia; în spital, simplul fapt de a îmbrăca o pija-ma servește ca simbol pentru noul rol al bolnavului, cât și ca „uniformă”, care permite identificarea per-soanei ca „pacient”;
- **controlul resurselor și al autorității** = se referă atât la prerogativele persoanelor medicale de a manipula și distribui resursele din mediul spitalicesc, indiferent de dorințele personale ale pacienților, cât și mono-polul informațiilor din spital pe care-l dețin; bolna-vul nu are întotdeauna informații pertinente și via-bile despre boala sa, fapt ce poate duce la crearea unui „blocaj” al informațiilor;
- **restrângerea mobilității** = constituie atât o cerință cu caracter clinic, care are ca scop izolarea pacien-tului de orice influență străină actului medical, cât

și o cerință cu caracter organizațional, determinată de necesitatea ca bolnavul să fie accesibil în orice moment personalului medical; stare pe care pacientul o poate percepe și sub forma „reducerii cuprinsului lumii lui”.

Cele trei mecanisme de control menționate, Rădulescu S.M. (2002), au ca scop principal necesitatea de anulare a diferitelor poziții sociale deținute de pacienți anterior internării și de uniformizare a conduitelor sau acțiunilor, pentru a spori eficacitatea actului medical. Neputând controla și nici influența cursul evenimentelor în care este integrat, bolnavul se simte alienat, depersonalizat, suferind un proces de modificare a propriei sale personalități și de izolare față de contextele de viață obișnuite.

În aceste condiții, cel mai mult are de suferit pacientul, fapt ce duce în extremis la apariția conflictului de roluri, datorită faptului că adaptarea pacientului la spitalizare este dificilă, acomodarea la un alt sistem de valori (din punct de vedere al celui ce suferă) face ca rolul social al acestuia să sufere modificări.

El, pacientul-enoriaș, dorește să înțeleagă, să caute, să i se explice, să se facă părtaș la tot ceea ce i se întâmplă, dar mai ales, să nu fie considerat „obiect”, ci ființă, deoarece toate aceste neparticipări, pot, la o adică, să nască un nou comportament care nu este benefic nici pacientului în sine, și nici medicului sau întregului personal medical. Se percep astfel anumite comportamente ale enoriașului spitalizat, care au la bază factori de stres și care împiedică prin prezența lor: asimilarea, adaptarea,

participarea, integrarea culturală și cea emoțională, enumerarea putând continua.

Printre **factorii de stres** la care este supus pacientul în timpul spitalizării, după literatura de specialitate, amintim:

- examen clinic în prezența unei terțe persoane (asistentă, soră medicală);
- izolarea;
- distanța socială și „limbajul” medical;
- procedurile și diagnosticele terapeutice;
- situația inferioară în ierarhia organizației;
- boala sau decesul altor bolnavi;
- reguli impersonale;
- lipsa de informație;
- supunerea în loc de spirit critic;
- limita spațială;
- tratamentul depersonalizat și centrat numai asupra bolii;
- caracterul incomprehensibil al vizitei medicale.

Adaptarea sau nu a pacientului la perioada de spitalizare, îi pot declanșa acestuia anumite stări ce-l pun în situația de a lua o **atitudine**, Coe R.M.(1970), plauzibilă sau nu prin corectitudine din partea celui care o aplică, sub forma de:

- **retragerea (renunțarea)** = reprezintă reacția pasivă și reflexă se retrag într-o „seudo-comunitate”, opun rezistență la asumarea rolului de pacient spitalizat, refuzând să accepte standardele de comportament solicitate de noul rol;

- **agresiunea** = reacție definită de rezistență deschisă a pacientului față de regulile și normele spitalului, pornind de la nesupunerea față de ordinele și principiile medicului și ajungând la agresiunile fizice asupra personalului medical; se manifestă din partea pacienților, mai ales elementele de agresivitate verbală (plângeri, amenințări, reclamații, injurii) ce îngreunează în fond, stadiul de spitalizare și însănătoșire a celui în cauză;
- **integrarea** = reprezintă deja o formă de acomodare a bolnavilor între ei cât și la mediul spitalicesc, stabilitatea rolurilor de pacient și medic, facilitează participarea la viața de spital a celui dintâi; se manifestă cu precădere atunci când intervine o internare prelungită în spital, și constă, de fapt, din adoptarea unor valori comune și a unor modele de interacțiune specifice, fiind determinată de conștientizarea unei situații comune (aceleași șanse în fața vindecării sau a bolii, oferind unele ajustări mai eficiente în raport cu problemele impuse de boală;
- **consimțirea silită** = este caracteristică pacienților spitalizați, mai ales în prima fază, fiind și o consecință a șocului închiderii într-un spital; consimțind fără nici un fel de entuziasm la impactul cu adaptarea.

În atenuarea acestor stări de șoc care pot aduce prejudicii personalității pacientului, un rol important îl are medicul și, alături de el, **preotul**, care vor încerca a minimaliza efectele spitalizării, excluzând eșecul

neadaptării la starea de spitalizare, prin utilizarea unor tehnici personalizate cum ar fi:

- contactul cu familia bolnavului;
- cunoașterea bolnavului sub aspectul dezvoltării personalității sale;
- realizarea unei stări de siguranță emoțională;
- comunicarea și relaționarea și cu alți pacienți;
- existența unor relații benefice atât terapeutice cât și psihoterapeutice.

Nu dorește nimeni să transforme spitalul în „casă de vacanță”, dar stabilitatea și siguranța emoțională a pacientului va da prin relația sa și cu preotul, viabilitatea și reușita actului medical la care este supus, astfel încât, păstrarea sănătății devine și rămâne prioritară, alături de locația ei, importantă și ea și de nebagatelizat și uitat.

CAPITOLUL 5

SURSELE NECONVENȚIONALE ȘI COMUNICAREA PSIHO-PASTORALĂ

Pentru cei mai mulți dintre noi, **mass-media** reprezintă calea cea mai directă de informare, astfel încât, în accepțiunea unora radioul, televizorul și presa „spun întotdeauna adevărul și numai adevărul”. Este evident că există și situații (și nu puține) în care nu este chiar așa, de aceea vom încerca a surprinde dacă, în cazul **comunicării pastorale**, sursele neconvenționale dețin un loc important/potrivit în ceea ce privește mesajul transmis pe aceste căi.

Astfel, atât la nivel național/central, cât și local, prezența la radio și TV a:

- emisiunilor „întru credință”;
- slujbelor religioase;
- prezentărilor de carte;
- susținerilor de lecții de învățătură;
- explicațiilor privind înțelegerea pildelor și a vieții sfinților,
- informațiilor curente privind viața de zi cu zi a enoriașilor;
- întâlnirilor cu înalte fețe bisericești;

- capodoperelor de cultură (artă, muzică, tradiții);
- sfaturilor pentru familiile aflate la început de drum;
- emisiunilor educative pentru copii și tineri;
- acțiunilor caritabile;
- activităților centrelor sociale și de ajutor;
- interviurile pe varii teme;

și lista poate continua, având specificitatea fiecărei eparhii, episcopii și mitropolii în parte, dar menținând ca punct comun și de interes ecleziastic modalitatea prin care **mesajul**, ca parte componentă a **comunicării pastorale**, în acest context, devine viabil și își îndeplinește misiunea, chiar și cea educațională, convenindu-se faptul că ispitele pot fi cele ce păzesc la orice colț și așteaptă o cât de mică greșală/ abatere de la bunul mers al drumului întru credință al enoriașilor.

În acest context expunem un caz relevant, constelat de concepte precum: „exces”, „performanță radicală impusă mutilant”, „perfecționism bolnăvicios”, „retezare a bucuriei de a trăi”, toate alimentate de cultura contextuală impusă prin mass-media contemporană.

„Sunt distrus... am suferit o umilință inimaginabilă... tocmai eu! Am greșit la examenul de obținere a permisului auto și am căzut! Mă simt un nimeni! Toți idioții și-l iau... sunt un incapabil. Cum am putut să eșuez într-o manieră atât de stupidă? De atunci au trecut 6 luni și eu nu reușesc să-mi revin, să mă mai concentrez... sunt în semestrul al 2-lea al anului 2 la Facultatea de Relații Internaționale; urmează un examen foarte greu de Istorie

Universală și eu nu reușesc nicidecum să mă concentrez... m-am gândit să renunț la Universitate, deși până acum am doar note de 10.00 și sunt bursier. Dar, mai înainte de a-mi retrage dosarul, cineva a insistat să vă consult...

Am ieșit din casă doar pentru întâlnirea cu Dumnevoastră... căci din momentul eșecului eu nu mai ies din casă; mi-e rușine de oameni; sunt năpădit de frici și de agresiuni ale gândurilor; teroarea ce o am în fața examenului de Istorie de care v-am spus este doar vârful aisbergului; sunt copleșit de frici pe care înainte nu le aveam: mi-e groză că, dacă ies afară, mă întâlnesc cu cel mai bun prieten din liceu care acum zburdă zilnic într-o decapotabilă cu iubita; mi-e frică foarte tare că nu voi mai putea fi performant nici la basket, un sport pe care-l practicam până acum cu mare plăcere și cu rezultate vizibile... Ce-o fi cu mine? Nu mă mai recunosc...

Toată viața am fost un precoce, un elev hiper-dotat – cum spuneau profesorii. La 9 luni deja m-am ridicat în picioare și am umblat, iar la 15 luni am mâncat singur... am fost mândria părinților mei, dintru început... la grădiniță îi ajutam și pe alți copii să progreseze...

*Permanent mi-am dorit **mai mult și mai bine**, cu orice preț; nu am renunțat niciodată la perfecțiune pentru a mă coborî la ceea ce este de nivel mediu; nu am vrut să accept ideea că eu pot fi doar **normal**. Întotdeauna mi-am fixat obiective de cel mai înalt nivel, din frică să nu devin un om de categoria a doua, o ființă second hand. Dacă nu reușeam să fiu cel mai bun, cădeam în depresie și amărăciune.... Și acum sunt distrus..."*

Analiză psiho-pastorală:

Observăm repede o **extremă rigiditate mentală** în evaluarea de sine; tipul lui de raționament l-a condus progresiv la o stare emoțională de anxietate și inhibare, în perspectiva oricărei probe viitoare de verificare a abilităților și potențialului său; avem în față un tânăr **antrenat să-și atingă toate obiectivele în mod strălucit**. Părinții săi sunt amândoi învățători care au pretins, din fragedă pruncie, ca el să dea maximul posibil, iritându-se profund la orice minuscul insucces școlar, precum nota 9.00...

Subiectul nostru nu poate să descrie cine este, ci doar își etalează performanțele trecute, deci ne poate descrie doar comportamentul său. Face referințe la imaginea despre el pe care o au adulții, vorbind despre aceasta însă cu scăzută participare, de parcă ar fi viața altuia, nu a lui.

Perfecționismul este **o modalitate de a reacționa la nesiguranța** creată de un **mediu familial hipercritic și hipoafectiv**.

Nucleul bolii este **nevoia frustrată de a fi iubit**. Copilul își fundamentează stima de sine pe aprobarea pe care o primește de la părinți, iar dacă este des respins, începe să se teamă că le va pierde dragostea, deci începe să trăiască terorizat de frica de a comite greșeli... și cută cu disperare maxima afirmare. Se simte acceptat doar atunci când face ceea ce vor ei; pretențiile repetate devin, încet-încet, un fel de imperativ interior, care-l poate persecuta întreaga viață. Adeseori perfecționismul se

internalizează de la părinții, la rândul lor, perfecționiști, care se simt dezamăgiți de fiii non-perfecți pe care-i au.

Continuarea ulterioară a dialogului: „*Tatăl meu mi-a transmis ideea de **succes ca unic scop al vieții**, iar mama îmi cerea să fiu primul, atât la școală, cât și la sala de sport. Dar îmi dau seama acum că **ambitiția mea sălbatică, în loc să îmi îmbogățească viața și să mi-o facă mai fericită, mi-a provocat mai mult durere decât plăcere. Sunt permanent în tensiune, sunt ținut sub presiune de frica de a nu greși. Nu mai reușesc să mă concentrez, deoarece în timpul oricărei activități mă gândesc deja la rezultat. Nu sunt relaxat... pentru că permanent descopăr ceva ce nu este cum trebuie, nu este perfect... Sunt minuțios până la exasperare, așa că ceilalți mă consideră insuportabil și plicticos... Ahtiat după perfecțiune și din frică de noutatea pe care n-aș putea-o controla, am ajuns să optez pentru o viață izolată, monotonă și invidioasă. Chiar și în dragoste sunt împiedicat să îmi fac noi cunoștințe, să inițiez noi întâlniri, noi relații, căci acestea ar presupune plonjarea în nesigur, în necunoscut, în incert.***

Toată viața mea am fost primul din clasă, dar ultimul în dragoste! Simt atâta durere când mă gândesc la trecutul meu, când nimeni nu aprecia eforturile mele, când nu mi se iertau greșelile, când nu eram încurajat... Părinții mei nu m-au iubit pentru ceea ce eram, ci pentru ceea ce aș fi putut deveni...

Aș vrea să fac sport pentru a mă distra, nu pentru a le demonstra altora că sunt cel mai bun; am participat la atâtea întreceri... agonizante pentru mine, căci le vedeam

ca probe decisive care demonstrează valoarea mea. Întodeauna mi-a fost atât de greu să accept orice rezultat care nu demonstrează că sunt Numărul 1! M-am hotărât să fiu altfel; să mă raportez diferit la viață, de acum încolo! Perfecțiunea ține de Divinitate, nu de noi oamenii! Pentru oameni poate fi o ambiție bolnăvicioasă... Se trăiește mai fericit când nu se pretinde imposibilul... așa că mă duc la examen fără să mai vreau 10.00.! Mă las în brațele Domnului!..."

Analiză psiho-pastorală:

Valentin este victima părinților săi, pentru care **violența psihologică asupra copiilor este un drept legal** în virtutea consangvinității, așa că rolul lor nu este deloc formativ, ci deformativ. De mic a trebuit să muncească la viitoarea carieră, a fost permanent în goană după prestații, din cauza unui tată și a unei mame ambițioase care, pentru propria satisfacție narcisistă, l-au constrâns să se implice maximal pentru a se afirma. Precocitatea eficientă pretinsă i-a determinat copilului o alterare de sine, adeziunea la idealurile altora, un excesiv simț al datoriei și sentimente de rușine.

Perfecționistul pretinde prea mult de la sine însuși și nu este niciodată fericit, senin, pentru că, în ciuda tuturor succeselor pe care le obține, acestea nu reușesc să îi **reducă diabolica dispoziție spre autocritică**. El devine conștient de faptul că impulsul obsesiv spre a obține maximele rezultate e corelat unei **hemoragii de resurse emoționale**. A primit o educație care i-a

transmis **mult conformism și puțină autostimă. Acum trebuie să dobândească competență în cotidianitate, în viața curentă, în căutarea unui mod de a-și trăi viața plin de satisfacții eliberatoare. Trebuie să înceteze să-și mai tot confrunte propriul succes cu acela al altora.**

De aceea, e necesar ca preotul să facă corect decan-tările privind informația ce ajunge la enoriași și pe care poate construi un dialog ce are relevanța de a spune, afla și susține adevărul. Totodată, presa și rolul cuvân-tului scris va aduce, în comunicarea pastorală, acea va-loare a acestuia, care, certificând autenticitatea, ajută la creșterea întru credință a fiecăruia dintre noi.

CONCLUZII

Aconfrunta un citat cu altul, a găsi „ascunzișurile” unei pilde sau a alteia și-a dori să înțelegi o narațiune morală, reprezintă acea încercare a preotului de a face comunicare pastorală în folosul enoriașului, ducând mai departe, acolo unde deja este, o tradiție a comuniunii prin cuvânt, căci acesta a fost... începutul.

Capacitatea de a discerne între:

- bine și rău;
- adevăr și minciună;
- frumos și urât;
- iubire și ură;
- lumină și întuneric,

atât din partea preotului cât și a enoriașului va construi poduri ale acceptării, înțelegerii și toleranței, căci noi suntem cei ce sălășluim în Grădina Maicii Domnului și-ar fi bine să-I fim smeriți și binecuvântați, căci **cuvintele sunt doar cuvinte, fără inimă n-au niciun sens.**

BIBLIOGRAFIE

1. Athanasiu, A. (1983) – *Elemente de psihologie medicală*, Edit. Medicală, București;
2. Azamfirei, L. (2010) – *E bine să știi! O carte pentru oameni sănătoși și bolnavi*, Edit. Viață și Sănătate, București;
3. Burns, D. (1989) – *The Feeling Good Hand-book*, A Plume Book, New York;
4. Chirilă, P. (2009) – *Vindecarea*, Edit. Christiana, București;
5. Commarmond, G; Exiga, A. (2003) – *Arta de a comunica și de a convinge*, Edit. Polirom, Iași;
6. Craioveanu, PM. (2006) – *Introducere în psihologia resurselor umane*, Edit. Universitară, București;
7. Coe, RM. (1970) – *Sociology of Medicine*, McGraw-Hill Book, New York, London;
8. Dinu, M. (1997) – *Comunicarea*, Edit. Științifică, București;
9. Holdevici, I. (2000) – *Ameliorarea performanțelor individuale prin tehnici de psihoterapie*, Edit. Orizonturi, București;
10. Ilișoi D., Lesenciuc A, Cipercă E., Ciupercă C., Szilagy A., Pașca M.D. (2010) – *Consiliere și comunicare interpersonală*, Edit. Antet, București;

11. Iamandescu IB. (1997) – *Psihologie medicală*, Edit. Info Medica, București;
12. Lupu I., Zanc I., Săndulescu C. (2004) – *Sociologia sănătății. De la teorie la practică*, Edit. Tiparg, Pitești;
13. Lohisse, J. (2002) – *Comunicarea de la transmiterea mecanică la interacțiune*, Edit. Polirom, Iași;
14. Pasecinic, V. (2006) – *Psihologia imaginii*, Edit. Știința, București;
15. Pașca, M.D. (2008) – *Povestea terapeutică*, Edit. V&Integral, București;
16. Pașca, M.D., Tia, T.(2007) – *Psihologie și consiliere pastorală*, vol. I, Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
17. Pașca, M.D., Tia, T. (2009) – *Psihologie pastorală*, vol. II, Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
18. Pașca, M.D. (2019) – *Texte și... pretexte*, Edit. Ardealul, Tg. Mureș;
19. Pașca, M.D., Pinteș Simon I. (2019) – *Edu-Pueri*, Edit. Ardealul, Tg. Mureș;
20. Pașca, M.D. (2019) – *Povestea în relația medic – pacient*, Edit. Ardealul, Tg. Mureș;
21. Pașca, M.D. (2017) – *Samuil Andreievici (1852), Legendariu românesc pentru întâia clasă a școalelor populare. Transliterare*, Edit. Renașterea, Cluj-Napoca;
22. Prutian, Șt. (2000) – *Manual de comunicare și negociere în afaceri. Comunicarea*, Edit. Polirom, Iași;
23. Rădulescu, S.M.(2002) – *Sociologia sănătății și a bolii*, Edit. Nemira, București;
24. Stanton, N. (1995) – *Comunicarea*, Edit. Știință și Tehnică, București;

25. Tudose, FL. (2003) – *Orizonturile psihologiei medicale*, Edit. Medicală, București;
26. Verza, E. (1997) – *Psihopedagogie specială*, Edit. Didactică și Pedagogică, București;
- 27.*** DEX (1975) – Edit. Academiei, București;
- 28.*** *Să construim poduri*, Edit. Hifa-Ro, Tg. Mureș.