

Dacă ar trebui să cuprind într-un singur cuvânt experiența străinătății pe care am trăit-o, cuvântul ales ar fi „conștientizare”, întrucât aceasta consider că este reușita cu adevărat esențială rezultată în urma anilor petrecuți peste hotare: deplasarea interioară către niveluri noi de conștientizare comparabilă cu trecerea de la starea de somn către starea de veghe. Prin urmare, ce am conștientizat?

Obligativitatea sincerității față de propria persoană

O vorbă de duh atribuită carismaticului fizician Richard Feynman sună astfel: *„Primul principiu este să nu te păcălești singur, iar tu ești persoana cea mai ușor de păcălit.”* Cum se face că oamenii se păcălesc pe ei înșiși? În cei treizecișiceva de ani trăiți pe pământul acesta am învățat că una din înclinațiile naturale a multora dintre noi este aceea de a ne feri privirea de realitățile neplăcute, îndeosebi când printre respectivele realități se numără laturi ale personalității, trăsături de caracter sau obișnuite care ne aparțin. Sinceritatea față de noi înșine presupune întâlniri repetate și îndelungi atât cu părțile luminoase cât mai ales cu fațetele mai puțin dezirabile ale propriei persoane. Presupune conștientizarea, înțelegerea și integrarea limitelor inferioare ale propriei firi, a lipsurilor sau defectelor, consumarea emoțiilor și trăirilor incomode precum și dialogul cu inconștientul, adică acea parte a

peisajului interior cu care arareori dorim să tranzacționăm. Mai presus de toate, a fi sinceri cu noi înșine înseamnă a asculta acea voce interioară care folosește alt limbaj decât cel al cuvintelor, glas ale cărui îndemnuri cel mai adesea nu sunt pe placul minții de suprafață. Este acea voce care ne îndeamnă să părăsim o slujbă sau carieră istovitoare, să întrerupem o căsnicie nesatisfăcătoare, să abandonăm un proiect lipsit de perspective, să investim într-un anumit activ sau să spunem un „Da” fără echivoc acelor lucruri care ne interesează cu adevărat. A fi sinceri cu noi înșine nu înseamnă nimic altceva decât a fi în aliniament cu realitatea, iar cu realitatea interacționăm întotdeauna potrivit termenilor și condițiilor ei, fie că asta ne place sau nu. Un număr de experiențe dureroase la care m-a fost dat să particip mi-au dezvăluit că cel mai costisitor neajuns al firii omenеști este tendința de a fugi de realitate și de a închide ochii în fața acesteia exact atunci când circumstanțele sau propria conștiință ne cer să fim hiperlucizi. Atunci când suntem nesinceri cu noi înșine și evităm realitatea începem să trăim pe credit, fără a realiza că dobânzile și penalitățile aferente acestui tip de credit sunt extrem de usturătoare atunci când, inevitabil, încep să curgă: ignorând glasul lăuntric care ne îndrumă în direcția intereselor noastre adevărate, care ne cere să facem anumite sacrificii, să purtăm o conversație incomodă sau să părăsim circumstanțe care ne dăunează nu facem decât să atragem cele mai otrăvite daruri și nefavorabile evenimente din

partea vieții. Nenumărate izvoare scrise exprimă acest principiu, enunțat în forma lui cea mai dramatică dar înspăimântător de precisă în cartea proverbelor din Biblie: *„Fiindcă eu chem și vă împotriviți...fiindcă lepădați toate sfaturile mele, de aceea și eu voi râde când veți fi în vreo nenorocire, îmi voi bate joc de voi când vă va apuca groaza... când vă va învălui nenorocirea ca un vârtej, când vor da peste voi necazul și strâmtoarea.”*¹ Medicina contemporană nu a întârziat să constate același lucru. Psihiatrul M.Scott Peck, în introducerea cărții sale *„Drumul către tine însuși”*, notează că o bună parte a maladiilor minții omenești se datorează nedorinței oamenilor de a-și confrunta problemele și că în loc de a le aborda în chip direct, mulți aleg să danseze în jurul acestora prin intermediul a tot felul de artificii, substitute sau anestezice care nu fac decât să agraveze problemele în cauză și să ridice costul soluționării acestora.² Prin contrast, atunci când suntem sinceri cu noi înșine și facem sacrificiile potrivite sau alegerile grele dar necesare, viața se transformă într-un concert al bucuriei: totul începe să meargă strună, demersurile ne sunt susținute de mâini invizibile care ne asistă la tot pasul, norocul se transformă într-un companion nelipsit de drum iar roadele eforturilor

¹ Biblia, (<https://biblia.resursecrestine.ro/proverbele>), Proverbele 1:24-27

² M.Scott Peck, *The road less travelled*, (London: Arrow Books, 2006), 4-5

depuse în orice direcție sunt exponențiale. În acest mod de a fi și de a acționa în lume, trăim experiența unei curgeri firești a vieții iar starea de bucurie tacită din interior nu ne părăsește nici atunci când vicisitudini de tot felul ne impun participarea.