

**101 LIBERTĂȚI  
ÎN VREMEA PANDEMIEI**

REALITĂȚI PSIHO-SOCIO-COMPORTAMENTALE  
ALE ROMÂNILOR



**ALIN LEȘ**

**101 LIBERTĂȚI  
ÎN VREMEA PANDEMIEI**

**REALITĂȚI PSIHO-SOCIO-COMPORTAMENTALE  
ALE ROMÂNILOR**



**EDITURA UNIVERSITARĂ**  
**București, 2020**

Redactor: Gheorghe Iovan  
Tehnoredactor: Ameluța Vișan  
Coperta: Monica Balaban

Editură recunoscută de Consiliul Național al Cercetării Științifice (C.N.C.S.) și inclusă de Consiliul Național de Atestare a Titlurilor, Diplomelor și Certificatelor Universitare (C.N.A.T.D.C.U.) în categoria editurilor de prestigiu recunoscut.

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**LEȘ, ALIN**

**101 libertăți în vremea pandemiei : realități psiho-socio-comportamentale ale românilor / Alin Leș. - București : Editura Universitară, 2020**

Conține bibliografie  
ISBN 978-606-28-1156-3

316

DOI: (Digital Object Identifier): 10.5682/9786062811563

© Toate drepturile asupra acestei lucrări sunt rezervate, nicio parte din această lucrare nu poate fi copiată fără acordul Editurii Universitare

Copyright © 2020  
Editura Universitară  
Editor: Vasile Muscalu  
B-dul. N. Bălcescu nr. 27-33, Sector 1, București  
Tel.: 021 – 315.32.47 / 319.67.27  
www.editurauniversitara.ro  
e-mail: redactia@editurauniversitara.ro

Distribuție: tel.: 021-315.32.47 / 319.67.27 / 0744 EDITOR / 07217 CARTE  
comenzi@editurauniversitara.ro  
O.P. 15, C.P. 35, București  
www.editurauniversitara.ro

## Motto

Chiar lupta pentru a ajunge sus pe culme poate umple sufletul unui om.

**Albert Camus**, *Mitul lui Sisif*<sup>1</sup>

Aș vrea să vorbesc aici cu toată simplitatea de care sunt în stare despre ceea ce scriitorii trec, în general, sub tăcere. Nu evoc nici măcar satisfacția pe care o ai, se pare, în fața cărții sau a paginii izbutite. Nu știu dacă artiștii care o cunosc sunt mulți la număr. Cât despre mine, nu cred ca vreodată recitirea unei pagini terminate să-mi fi pricinuit vreo bucurie. Voi mărturisi chiar, acceptând să nu fiu crezut pe cuvânt, că succesul unora dintre cărțile mele m-a surprins întotdeauna. Bineînțeles, te obișnuiești și cu succesul, și chiar într-un chip destul de urât. Și totuși, până și astăzi mă simt un ucenic în preajma unor scriitori în viață, cărora le dau locul pe care-l merită, printre primii fiind cel căruia i-au fost dedicate aceste eseuri încă de acum douăzeci de ani. Scriitorul are, firește, bucurii pentru care el trăiește și care-i sunt de-ajuns. În ceea ce mă privește, le am doar în momentul conceperii operei, în clipa când mi se revelează subiectul și când articularea acesteia se desenează în fața sensibilității dintr-o dată clarvăzătoare, în acele momente minunate când imaginația se confundă pe de-a-ntregul cu inteligența. Acele clipe trec tot atât de repede pe cât de repede s-au născut. Mai rămâne ca opera să fie executată, mai rămân, adică, un lung șir de clipe chinuitoare.

**Albert Camus**, *Fața și reversul*

---

<sup>1</sup> <https://www.dw.com/ro/dragostea-de-via%C5%A3%C4%83-de-lumin%C4%83-%C5%9Fi-de-libertate/a-17213546>



## CUPRINS

Argument .....	13
----------------	----

### CAPITOLUL 1

#### LIBERTĂȚI PSIHOLOGICE

Libertatea 1. Despre incertitudine .....	16
Libertatea 2. Despre libertatea captivă .....	16
Libertatea 3. Despre infidelitate .....	16
Libertatea 4. Despre frică .....	16
Libertatea 5. Despre control .....	17
Libertatea 6. Despre fidelitate .....	17
Libertatea 7. Despre încredere .....	17
Libertatea 8. Despre caracter .....	18
Libertatea 9. Despre angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală).....	18
Libertatea 10. Despre valori .....	18
Libertatea 11. Despre sadism .....	19
Libertatea 12. Despre temperament .....	19
Libertatea 13. Despre cultura violenței .....	20
Libertatea 14. Despre realăptare .....	21
Libertatea 15. Despre eroarea de planificare .....	22

Libertatea 16. Despre Inconștient .....	22
Libertatea 17. Despre atașament .....	23
Libertatea 18. Despre stres .....	25
Libertatea 19. Despre perspective .....	26
Libertatea 20. Despre „lău” .....	26
Libertatea 21. Despre paranoia .....	27
Libertatea 22. Despre introspecție și iluzia introspectivă .....	28
Libertatea 23. Despre indiferența pozitivă .....	30
Libertatea 24. Despre tortură .....	31
Libertatea 25. Despre iertarea continuă .....	32
Libertatea 26. Despre deziceri .....	33
Libertatea 27. Despre anestezierea Sinelui .....	34
Libertatea 28. Despre recompense .....	35
Libertatea 29. Despre vise .....	37
Libertatea 30. Despre sindromul oboselii cronice .....	39
Libertatea 31. Despre sindromul resemnării .....	40
Libertatea 32. Despre infidelitatea compulsivă .....	42
Libertatea 33. Despre fanteziile/fantasmеle sexuale feminine (I) .....	44
Libertatea 34. Despre fanteziile/fantasmеle sexuale feminine (II) .....	46
Libertatea 35. Despre fanteziile/fantasmеle sexuale feminine (III) .....	47
Libertatea 36. Despre suspiciuni .....	48
Libertatea 37. Despre nopți .....	49



## CAPITOLUL 2

### LIBERTĂȚI SOCIALE

Libertatea 38. Despre absurd .....	52
Libertatea 39. Despre iluminare .....	52
Libertatea 40. Despre modestie .....	52
Libertatea 41. Despre etică .....	53
Libertatea 42. Despre tolerabilitate .....	53
Libertatea 43. Despre solidaritate și solitaritate .....	54
Libertatea 44. Despre posesie .....	54
Libertatea 45. Despre necunoaștere .....	55
Libertatea 46. Despre defecte .....	55
Libertatea 47. Despre pronie .....	56
Libertatea 48. Despre speculație .....	56
Libertatea 49. Despre relațiile homosociale, biosociale și heterosociale	57
Libertatea 50. Despre fantezie .....	58
Libertatea 51. Despre grabă .....	59
Libertatea 52. Despre conflicte .....	60
Libertatea 53. Despre ură .....	62
Libertatea 54. Despre impostură .....	62
Libertatea 55. Despre deranj .....	63
Libertatea 56. Despre uniformizarea negativă .....	64
Libertatea 57. Despre îndurare .....	64
Libertatea 58. Despre foame .....	65
Libertatea 59. Despre comparații sociale și bârfe .....	66

Libertatea 60. Despre ordini (individuale și mondiale) .....	67
Libertatea 61. Despre iubire .....	69
Libertatea 62. Despre simplitate .....	71
Libertatea 63. Despre fatalitate .....	72
Libertatea 64. Despre frig .....	73
Libertatea 65. Despre iraționalitatea funciară .....	74
Libertatea 66. Despre adevărul social al sexualității feminine .....	75

### **CAPITOLUL 3**

#### **LIBERTĂȚI COMPORTAMENTALE**

Libertatea 67. Despre exodul în Germania .....	78
Libertatea 68. Despre manele .....	79
Libertatea 69. Despre optimism .....	79
Libertatea 70. Despre negociere .....	81
Libertatea 71. Despre contaminare .....	81
Libertatea 72. Despre rezistență .....	82
Libertatea 73. Despre preferințe .....	82
Libertatea 74. Despre onoare .....	83
Libertatea 75. Despre rușine .....	84
Libertatea 76. Despre excelență .....	84
Libertatea 77. Despre show-uri .....	85
Libertatea 78. Despre oglindire .....	86
Libertatea 79. Despre pretenții .....	86
Libertatea 80. Despre umanitate .....	87

Libertatea 81. Despre ascensiune și reconfort .....	88
Libertatea 82. Despre criminalitate .....	89
Libertatea 83. Despre cumpătare (I) .....	90
Libertatea 84. Despre cumpătare (II) .....	91
Libertatea 85. Despre reconfort .....	93
Libertatea 86. Despre lectură .....	94
Libertatea 87. Despre invincibilitate .....	95
Libertatea 88. Despre curaj .....	97
Libertatea 89. Despre spionaj .....	98
Libertatea 90. Despre măsurile de relaxare (teritorialitate) .....	99
Libertatea 91. Despre gang-bang .....	101
Libertatea 92. Despre supraviețuire .....	103
Libertatea 93. Despre pasiunile puțin puternice .....	104
Libertatea 94. Despre întetșirea comportamentală .....	106
Libertatea 95. Despre managementul irascibilității .....	107
Libertatea 96. Despre schema piramidală a abuzului sexual .....	109
Libertatea 97. Despre conșinutul delirului .....	113
Libertatea 98. Despre terorism .....	114
Libertatea 99. Despre comportamentul social în fața educației sexuale și a violului .....	116
Libertatea 100. Despre abuz .....	119
Libertatea 101. Despre libertatea absolută, completă și neechivocă a cuvântului .....	122
Referinșe bibliografice .....	125



## ARGUMENT

În pofida a ceea ce spun articolele de presă, că autorii care scriu despre pandemie ar face-o pentru „speculație financiară”, considerăm că afirmația are un aer de superioritate. Cel mai probabil, există un număr infim de scriitori care doresc să fie mai vizibili în această perioadă și încearcă să profite de subiectul pandemiei. În cazul nostru, lucrurile nu stau așa. Grija pentru societate și destinul ei ne-a îndreptățit să lucrăm la un îndrumar; un rețetar gândit psiho-social, plecând de la comportamentele observate.

***101 libertăți în vremea pandemiei. Realități psiho-socio-comportamentale ale românilor*** se prezintă sub forma unor observații și analize de teren. Aceste observații le-am raportat la știință și psihanaliză, din dorința de a oferi plus-valoare.

Ideea cărții a venit de la gândul că populația românească trebuie/ar fi trebuit să aibă acces la un Registru Național al propriilor libertăți într-o astfel de perioadă. Așa cum te duci la Registrul Național al Infracțiilor Sexuali și cauți ce ai nevoie, așa și în cazul libertăților.

De-a lungul scrierii, libertățile au suferit transformări. Au fost scrise pe nerăsuflăte, în funcție de elementele noastre creative. Unii ar numi-o inspirație. Alții, originalitate. Rostul libertăților s-a decis când am identificat trei dimensiuni macro prin care ele ar putea fi valorificate de cititor, la nivel mental: psihologic, social și comportamental.

Cum am amintit, am analizat libertățile dintr-o dublă triplă perspectivă. Pe de-o parte, din perspectiva a trei dimensiuni: psihologică, socială și comportamentală. Psihologică – pentru că totul a trecut prin filtrele psihice ale fiecăruia. Social – pentru că, inevitabil, omului nu-i este dat să trăiască în izolare, iar comportamental, pentru că prin modul în care am răspuns stimulilor interni (afectivi, emoționali) și a celor externi (interdicții prin ordonanțe militare, declarații pe propria răspundere, purtatul

măștilor și a mănușilor etc.), am acționat sau reacționat. Practic, libertățile au fost analizate atât ca efect al unui mix de noi împrejurări, cât și ca posibilitatea unor alternative de a vedea viața.

Cunoașterea/observarea unei palete largi de comportamente, atitudini, stări care, explicate, deschid ochii cititorului a făcut parte din obiectivele acestei cărți. Ne-a interesat să-i oferim cititorului posibilitatea de a reflecta asupra acestor libertăți. Pandemia ne-a acutizat simțurile și orice interdicere ne-a inflammat în spațiul psiho-social. La polul opus, dar și ca o continuitate, ideea unor libertăți care să dăinuie în timp, indiferent de etapele pandemiei – pre-, în- și post- – a prins viață în momentul instalării panicii, în urma aflării despre primele ordonanțe militare. Simptomele psihologice, sociale și comportamentale din primele zile ale pandemiei au avut un rol maximal în decizia de a pune pe hârtie sugestii de a trece mai ușor peste ceea ce ar putea fi numit. Într-un sens larg, cele 101 de libertăți au o pretenție modestă de a ține loc aceluși psihoterapeut bun care ne-ar fi ajutat să trecem mai repede peste impasurile provocate de SARS-COV-2.

Recomandăm lectura publicului larg, cât și iubitorilor și pasionaților de psihologie, psihanaliză, sociologie, psihiatrie, drept; în general, celor proveniți ca formare din științele socio-umane, care doresc să găsească răspunsuri și perspective.

Alin Leș

## CAPITOLUL 1

# LIBERTĂȚI PSIHOLOGICE

## Libertatea 1 **Despre incertitudine**

În vreme de criză, există cupluri care doresc să afle dacă partenerul le-a fost/le este fidel. Cum? Prin intermediul tehnicii poligraf. Telefoanele foarte multe în această perioadă, cu dorința de programare, certifică această realitate fizică și psihologică. Gândul incertitudinii devine insuportabil și nu poate fi transformat în loc de speranță.

Transformați incertitudinea într-un spațiu al speranței.

## Libertatea 2 **Despre libertatea captivă**

Libertatea era conceptul la care Albert Camus ținea cel mai mult, pentru că de el era văduvit cel mai mult. Libertatea captivă este atât psihică, cât și fizică. Într-o primă etapă, această libertate nu comportă simptome la vedere.

Libertatea captivă psihică este cea mai periculoasă. Ca depresia psihică, te prinde în propria ta existență. Te amăgește cu o fericire iluzorie, dar și cu o tăcere benevolă. Tu aflat într-o clepsidră, aceasta este libertatea captivă psihică. Dincolo de pereții invizibili, clepsidra îți redă libertatea dacă te decizi să devii nu un erou, ci un neostenit conștiincios.

## Libertatea 3 **Despre infidelitate**

Suspiciunea de infidelitate între soți/parteneri sporește în situații de criză decretate național și internațional. A sta la masă și a sta în pat în doi provoacă coeficientul de intoleranță la incertitudine. În plan depărtat, cuplul este deja văduvit de ceea ce eu numesc „limitele intimității”.

Infidelitatea este o formă de văduvie voluntară și exagerată. Dar dacă ea împinge limitele intimității spre o fericire (chiar și absurdă), ești dator să-i sporești certitudinea.

## Libertatea 4 **Despre frică**

Suspiciunea, criza, viața, destinul, viitorul, libertatea, Sisif, absolutizarea, absurdul intră în malaxorul Secundarului-„Zeit”, de unde dezvoltă frici. Una



dintre cele mai mari frici este frica de Sine. Partenerului care nu află (în utilul timpului său) dacă a fost înșelat, începe să-i fie frică – paradoxal (!) – de sine însuși.

Dacă poți de unul singur, trăiește frica ai domnia sporului de înțelepciune la care ai tânjit dintotdeauna! Dacă nu poți, recunoaște-te învins și cere ajutor extern.

#### Libertatea 5

#### **Despre control**

Oamenii nu se tem de ei înșiși pe timp de criză și de staționat în casă, ci de timpul a cărui manageriere n-o mai pot controla. Orice lipsă de control suplimentară provoacă instabilitate.

Dacă te îngrijești de timp ca de o unitate de măsură, progresezi în unități de măsură. Dar dacă de îngrijești de el ca de un manuscris nefinalizat, devine opusul izolării. Devine soluția.

#### Libertatea 6

#### **Despre fidelitate**

Partenerii „primitivi” insistă să afle cât mai rapid despre fidelitatea celuilalt. Partenerii „complecși” sunt dispuși să mai amâne. Însă, ambele categorii rămân vulnerabile în fața conceptului de „libertate”, „absurd” și „fericire”.

Fidelitatea devine libertate când absurdul din fericire primește logica de care ai nevoie.

#### Libertatea 7

#### **Despre încredere**

Am observat că oamenii devin mai irascibili când primesc un refuz din partea specialistului. Devin mai taciturni și totodată, mai încrezători că le poți da o mână de ajutor. Pentru unii, singura credință viabilă e că o mai pot lua de la cap împreună.

Încrede-te în Acel specialist care ți-a infirmat bănuielile!

## Libertatea 8 **Despre caracter**

Cum spunea Albert Camus, în vreme de criză se accentuează tarele oamenilor<sup>2</sup>. În special, minciuna, invidia, răutatea, trădarea. Într-un compas de lumină obscur, oamenii așteaptă ca ceilalți să inițieze acțiuni. Cei care le inițiază, sunt admirați, huliți, luați peste picior, huiduiți. Criza scoate huiduiala din noi și, în așteptare, o revarsă unde urăște cel mai mult.

Dacă accepți să nu porți caracterial hidoșenia oamenilor, vei estompa mai ușor viciile.

## Libertatea 9 **Despre angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală)**

Dragonul din noi sunt cătușele psihice numite „holeră”. Fiecare știm că putem să accedem la mai mult decât ne-a fost dat. Pentru că istoria biblică a talanților este atât de vie. Libertatea de a deveni ceea ce alții nu au putut repara, încă ne este îngăduită. Prin apelul la cârțițele fără botniță ce ne străbat sufletul, nu suntem mai eroi sau mai vigilenți. Suntem mai draconici, mai excesivi, mai impuri și mai lași. Cum lașitatea nu ne este stingheră în vremuri de criză, ironia face ca holera (cătușele psihice) să-și intensifice lucrarea. Rezultă nașterea unei contorsiuni, pe care oamenii o numesc felurit. Este ceea ce eu cred că poate fi numită Angoapohondrie (angoasa vulnerabilității la rău și boală).

Hrana oficială a pântecelui tău psihic trebuie să fie ordinea, disciplina, cinstea și dorința de a te păstra sănătos.

## Libertatea 10 **Despre valori**

Există teroare și haos în socialul tău existențial pentru că există haos și teroare în sufletul tău. Reacțiile isterice care te înconjoară sunt, în fapt, urticarii ale memoriei afective. Asta înseamnă că, de obicei, preferi deștrădăcinarea axiologică. Preferi împuțiciunea hologramică a anturajului.

---

<sup>2</sup> <https://romania.europalibera.org/a/ciuma-camus-cornavirus/30517410.html>

Preferi deșeurile stărilor care, în vremuri de criză devin stări-limită. Reziliența este despre cumulumul de aspecte personale care mă ajută să trec mai departe. Văicăreala isteriformă creează dependență, iar mass-media se înfruptă megaloman din stârvul inconștientului colectiv al indecișilor. Însă dacă erau mai mulți cei care lucrau în organizare<sup>3</sup> și disciplină, altfel se prezenta acum panelul grijilor sociale. Pentru că *ciumații* de caracter sunt cei ale căror valori s-au raliat în funcție de comenzile lor egodistonice.

Acceptă doar acele valori care sunt egosintonice (acceptabile) și care te mai pot urca o treaptă în ierarhia tot mai frivolă a valorilor morale!

### Libertatea 11 **Despre sadism**

Criza accentuează și cinismul sadic, ca parte a sadismului caracteriologic. În singurătate, formele de ură sunt reprezentate mai violent în imaginarul unora dintre noi. Conținutul acțiunilor reprezentate imaginar/fantasmatic este atât de sadic încât nu iese la suprafață decât în limbaj: injurii, urlete, jigniri, umiliri, degradări, insulte, amenințări. Suprapopularea conținutului fantasmatic cu un grad sporit de izolare contribuie la consumarea agresivității și a furiei în forme viciate și periculoase. În singurătate, omul este liber, dar și prizonier.

Cel mai important spațiu pe care omul îl poate cuceri este limbajul. Limbajul dă forma finală a caracterului tău.

### Libertatea 12 **Despre temperament**

„... există o fatalitate a temperamentului nostru”, afirmă Camus în prima lui carte, „Fața și reversul” (2018, p. 27). E ca și cum ai vrea să anulezi gustul ceaiului de tei cu o gură de cola, apoi cu una de cafea. Temperamentul trebuie înțeles, nu schimbat, nu racordat la principii anoste sau impracticabile. Trebuie să înțelegem că temperamentul este ancora de sacrificiu a Eului, adică tot ceea ce suntem și nu suntem este o replică a ceea ce trebuie să devenim. Este o poveste cruntă această doxologie pentru temperamentul nostru. În timp și spațiu, el reprezintă „pâinea noastră cea de

---

<sup>3</sup> <https://culturaromana.ro/mesajul-ciumei-din-starea-de-asediu-1948-de-albert-camus/>

toate zilele”, dacă-l știm poziționa. O criză îndelungată, în schimb, cercetează cu de-amănuntul structura noastră pătimașă pentru că gena de fatalitate din temperament este gena de înclinații și predispoziții a celor dinaintea noastră.

Temperamentul tău este fatalitatea de care ai nevoie pentru a-ți concluziona că exiști. Temperamentul tău este cel mai potrivit pentru ce devii.

### Libertatea 13

#### **Despre cultura violenței**

„Cultura poate să nu fie tangibilă, dar influențează materia într-un mod care este. Creierul nostru este programat de cultură, tehnologia este o întruchipare fizică a culturii; violența este redusă de cultură”<sup>4</sup>. Un creier programat de cultura din care face parte contribuie la creșterea violenței domestice pe m<sup>2</sup>. Riscul unei co-producții între mintea sadică și cultura violentă crește probabilitatea divorțurilor, agresiunilor, crimelor. Fiecare femeie va încerca să se salveze în funcție de cultura în care i-a fost învățat creierul. Dacă i s-a spus să rabde, va răbda. Dacă i s-a spus să nu divorțeze pentru copil, nu va divorța. Dacă i s-a spus să se spovedească, să se roage și să îndure taina căsătoriei, o va face. Toate depind de *duhul* în care ți-a fost scăldat creierul în copilărie, dar și de ceea ce ai văzut. „Realitatea socială” și „realitatea fizică” merg mână în mână și nu se pot abandona peste noapte. În cazul tău, dacă rabzi violența pentru că ți-a fost programat creierul psiho-cultural, află că te afli într-o buclă nevrotică. Mai exact, în limbaj clinic se numește procrastinare sau amânare. Faptul că, inconștient, amâni să ieși din situația critică/de criză, arată că erai pregătită demult (tot inconștient) pentru un astfel de moment. Iar ceea ce se întâmplă în prezent te paralizează. Inacțiunea, cu vertij în amânarea la infinit a deciziei salvatoare, se bazează pe credințele de viață identificate în cultura ta socială. Faptul că faci de rușine neamul dacă ai divorța? Da, stă la baza procrastinării și a fericirii tale. Faptul că te vei căsători cu o femeie cu copil/copii? Da, stă la baza culpei tale instrinseci, ca formă internă a ideii că-i vei face de rușine pe cei dragi. Din păcate, cei care gândesc că vor fi făcuți de rușine, oameni

---

<sup>4</sup> <https://podcastmeditatii.com/blog/2019/11/16/scopul-vietii-sartre-vs-camus>