

PATERIC ȘI LEADERSHIP. DE LA ȘTIINȚA OMULUI, CĂTRE ȘTIINȚA DOMNULUI

Lect. univ. asoc. dr. Sever-Alexandru SBĂRNĂ *

Motto:

„(...) am o lungă experiență a întâlnirilor cu tineretul care aspiră să devină elita. Pentru că după opinia mea (...) tineretul studențesc este elita tineretului (...). Prin urmare, mă adresez acum, viitoarei elite intelectuale a țării acesteia.

Cine dintre dvs. nu are conștiința asta - rău face. El trebuie să gândească în sinea lui (...), că nu se formează pentru sine, ci pentru țara asta, pentru neamul ăsta.

Dacă se gândește la asta cu seriozitate, are șanse să ajungă în elită, dacă nu, un oarecare (...)*

Abstract: The present study approaches a very current research problem: the incapacity of the human being to perform at high level and to prosper in his personal field of work and his very own frame of mind of unfulfillment. Both leadership literature and the sayings of the Dessert Fathers – between which there exist many differences, seem to have approached this problem; they have identified it and they have offered very similar solutions from functional and methodological points of view. Therefore we intend to direct the present research in relation to the following main research question: which are the most important contributions from the Leadership field and which of them are relevant to a Theology student/ future priest?

Key words: *The sayings of the Dessert Fathers, leadership, redemption, performance, salvation*

INTRODUCERE

Pentru a introduce cititorul în cercetarea ce face obiect al studiului de față, într-o încercare de a da seama despre „textul și contextul” acestei cercetării, vom structura acest capitol introductiv în două părți. În prima parte, intitulată **(A.) contextualizarea cercetării**, care are ca punct central asumarea unei problematice de cercetare, vom încerca să **(1.)** identificăm și să descriem o problemă anume, dar și să o **(2.)** particularizăm, prin identificarea unui aparent conflict între, pe de o

* Cercetător postdoctorand la Facultatea de Drept, cadru didactic asociat la Facultatea de Economie și Administrarea Afacerilor, student la licență în cadrul Facultății de Litere, Istorie și Teologie, specializarea Teologie Ortodoxă, Universitatea de Vest din Timișoara. Avocat în Baroul Timiș. Autorul poate fi contactat la sbarna_alexandru@yahoo.com.

* Extras din cuvântul introductiv al Profesorului GHEORGHE MIHAI † rostit în cadrul prelegerii sale intitulate „Cercetarea științifică și știință”, susținută în cadrul Școlii de vară „Academiei Memoriei Românești” - ediția I, Timișoara, 4-10 septembrie 2017, organizată de Asociația Studenților Ortodocși Români - Filiala Timișoara. Transcrierea ne aparține.

parte, soluțiile venite pentru soluționarea acesteia din zona de Leadership, iar, pe de altă parte, soluțiile venite din zona de Pateric.

În cea de a doua parte, intitulată **(B.) particularizarea cercetării**, care are ca punct central asumarea unei întrebări principale de cercetare, vom încerca să conturăm **(3.)** domeniul cercetării, prin abordarea unor diverse întrebări de cercetare ivite în urma identificării conflictului problematicii, decantarea mai apoi a unei întrebări principale de cercetare, precum și prin punctarea câtorva delimitări în cercetarea noastră. În final, vom încheia cu o mică incursiune în **(4.)** metodologia prezentei cercetări.

A. CONTEXTUALIZAREA CERCETĂRII. Problematika

1. PROBLEMATICA ANALIZEI - identificare și descriere

1.1. *Identificarea problematicii cercetării*

În zilele noastre, problematica abordată în studiul de față atinge cote maxime. Este vorba despre incapacitatea omului de a performa la nivel înalt, de a da rod bogat în lucrarea sa personală, iar asta pe termen mediu și lung și, inevitabil, starea acestuia de ratare și neîmplinire. Iar astăzi întâlnim la tot pasul - în persoanele de lângă noi ori chiar în noi înșine - această stare de copleșire, neputință personală și socială, lipsă de sens, lipsă a conștiinței persoanei că progresează în propria sa lucrare și că oferă o contribuție în lume, oferind plus valoare unei alte persoane. Prăbușirea psihică, împrăștierea gândurilor și a acțiunilor noastre, lehamitea și neputința, oroarea, groaza și frica de a duce la bun sfârșit ceea ce ne-am propus, precum și o permanentă stare de ceea ce se numește în mod comun „stres” sunt doar câteva cuvinte prin care am putea descrie în termeni generali această problematică.

Manifestările concrete ale acestei problematici se văd în viața noastră de la primul moment al dimineții până la ultimul moment al serii. Astfel, în primul rând, dimineața când sună alarma de trezire apăsăm pe butonul „amânare” pentru a mai sta „doar câteva minute” în pat, iar apoi suntem mereu în întârziere - cu studiul pentru examene, să răspundem la un e-mail, să ajungem la ora exactă la întâlnirea stabilită, cu plata la timp a chiriei etc. - și într-o stare de continuă reacțiune la lumea din jurul - ne „petitim” programul nostru zi după zi și iar zi după zi, lucrând la diverse „urgente” care ne iau prin surprindere și ne „forțează” să amânăm zi după zi și iar zi după zi să lucrăm la ceea ce este cu adevărat important - apelul telefonic atât de amânat către părinți, conversația cu profesorul coordonator al lucrării etc. -. Iar în această stare de agitație se produce inevitabilul, ajunși la sfârșitul zilei (săptămânii, lunii, anului) nu doar să constatăm „cât de repede a trecut timpul” ci și că nici nu mai știm pentru ce l-am folosit, dar mai mult, picăm „înfrânți” sub greutatea zilei ce tocmai s-a încheiat și, pentru a ne consola, începem navigarea fără sfârșit în lumea virtuală.

1.2. Descrierea problematicii în zona de Leadership. Ce înțelegem prin „Leadership”

Câteva cuvinte cu privire la sensul noțiunii de „Leadership”, astfel cum o utilizăm în prezentul studiu. Cu privire la această problematică a cercetării există astăzi un foarte interesant fenomen socio-cultural cu unele valențe chiar spirituale, care abordează și el această problematică, așa-numitul fenomen de Leadership și dezvoltare personală - succint „Leadership”.

Deși arta conducerii a existat de la începutul organizării umane, abia începând cu secolul al XX-lea s-a transformat într-un subiect atât de discutat și a căpătat valențe educaționale și de dezvoltare personală ai cărei destinatari nu mai sunt doar cei câțiva aleși să conducă politic, ci în primul rând tuturor acelor care vor să performeze economic, fiind un răspuns la nevoia de performanță economică a individului. Treptat, acest fenomen s-a dezvoltat, ajungând astăzi să formeze o adevărată industrie răspândită în întreaga lume și în care sunt implicați oameni de afaceri, antreprenori, mentori etc. în jurul unor foarte diverse activități precum ateliere, seminarii, „workshop”-uri, „training”-uri, „conferințe” etc¹.

Este aproape imposibil de trecut cu vederea această industrie a Leadership-ului, deoarece aceasta are particularitatea de a-și face o foarte bună reclamă și imagine², fapt care explică, într-o bună măsură, popularitatea acesteia în ziua de astăzi³.

Dând cuvânt unui autor din zona de Leadership, Brendon Burchard, acesta pune în cuvinte problematica investigației noastre astfel:

*„Oamenii sunt extrem de nesiguri în ceea ce privește modalitatea de a-și trăi viața și cu privire la deciziile pe care să le ia pentru ei înșiși, pentru familiile lor și pentru profesiile lor [s.n.]. Oamenii și-ar dori să crească, dar ei deja sunt storși de vlagă. Cu toate că unii muncesc până la epuizare, totuși, aceștia nu reușesc să dea de capăt problemelor lor. Cu toate că reușesc să-și concentreze eforturile în rezolvarea unor obiective punctuale, totuși, aceștia nu au conștiința precisă a ceea ce caută ori își doresc. Cu toate că au dorința de a-și urma visele, totuși, aceștia trăiesc cu frica de a nu fi judecați, ori de a rata atunci când întreprind o acțiune. Adăugând la toate acestea și starea de fapt dată de cumulul unor diverse și sarcini care tot se adaugă pe o listă de așteptare care tot crește, îndoiala de sine, obligațiile nedorite, deciziile consumatoare de energie și responsabilitățile coplășitoare – este deja *suficient pentru a epuiza orice persoană**

¹ Doar cu titlu de exemplu a se vedea Mihai Adrian ZISU, *Leadership comunitar*, Ed. Univ. Lucian Blaga din Sibiu, Sibiu, 2011, ori John MAXWELL, *Cele 21 legi supreme ale liderului*, Editura Amaltea, București, 2002 etc.

² Atât în viața reală, cât și mai mult în mediul virtual.

³ Cel puțin într-un oraș precum Timișoara, aproape săptămânal se poate găsi vreo activitate din sfera noțiunii de *Leadership* și dezvoltare personală la care cineva ar putea participa, vreun „workshop”, „training”, seminar ori atelier în care află cei 5 pași pentru a avea o viață împlinită etc.

[s.n.]. Mult prea multe persoane trăiesc sentimentul că lucrurile niciodată nu se vor îmbunătăți pentru ei și că vor înota mereu într-o mare involburată de confuzii și dezamăgiri”⁴.

1.3. Descrierea problematicii în zona de Pateric. *Ce înțelegem prin „Pateric”*

Prin noțiunea de „Pateric”, așa cum o utilizăm noi - într-un sens larg - în prezentul studiu, înțelegem Sfânta Scriptură, astfel cum a fost aceasta trăită și exprimată în contribuția doctrinară creștină a primelor opt veacuri de către Sfinții Părinți ai Bisericii și a altor învățătorilor din spiritualitatea creștin-răsăriteană, ortodoxă⁵, dar și contribuțiile mai recente ale unor părinți ai Bisericii denumiți „purtători ai Duhului”⁶, precum părintele Teofil Părăianu, Iustin Pârveu, Arsenie Papacioc, Sfântul Paisie Aghioritul ori Sfântul Siluan Athonitul.

Dând cuvânt unui autor din zona de Pateric, părintelui Rafail Noica, aceasta identifică și descrie, credem noi, această problematică a cercetării noastre mărturisind că:

... [m]ulte scrisori am primit, la care nu pot niciodată să răspund, și cu mulți am vorbit, și am văzut că fiecare om este, astăzi, o tragedie; fiecare om, astăzi, este o încărcătură de dureri și deznădejdi⁷.

Analizându-l, apoi, pe Sfântul Apostol Pavel în încercările sale, părintele Rafail afirmă că:

... [d]acă Sfântul Pavel nu ar fi trăit dragostea lui Dumnezeu pentru om, obijduit din toate părțile, s-ar fi zdrobit; în cumpănă, ar fi deznădăjduit; prigonit fiind, s-ar fi simțit lepădat, cum mulți dintre noi astăzi ne simțim lepădați de Dumnezeu; doborât fiind, ar fi fost și nimic, cum mulți care deznădăjduiesc astăzi - Doamne ferește! - se doboară, și greu le este, sau poate cu neputință să se mai ridice⁸.

⁴ Brendon BURCHARD, *High Performance Habits. How Extraordinary People Become That Way*, Editura Hey House, Londra, 2017, p. 4 (t.n.).

⁵ A se vedea Ioan G. COMAN, *Patrologie*, Editura Sfânta Mănăstire Dervent, Derven, 2000, p. 17.

⁶ A se vedea Nicolas STEBBING, *Purtătorii Duhului. Duhovnicie și duhovnici în Ortodoxia românească de azi*, (trad. Dan SANDU), Editura Deisis, Sibiu, 2005, ori programul de studii Teologice intitulat „Purtătorii Duhului. Părinți contemporani despre viața duhovnicească”, organizat de Centrul Ortodox de Studii și Cercetare „Dumitru Stăniloae” din Paris, din cadrul Mitropolia Ortodoxă Română a Europei Occidentale și Meridionale, disponibil la <http://www.teologie.eu/programe-de-studiu/purtatorii-duhului/>.

⁷ Părintele Rafail NOICA, „Scrisoare de început”, *Revista Familia Ortodoxă* nr. 1 (96)/2017, p. 1.

⁸ *Ibidem*.

2. RĂSPUNSURI ÎNTÂMPLĂTOARE LA PROBLEMATICA ABORDATĂ - particularizarea (intriga) cercetări

2.1. Trei soluții întâmplătoare la problematica analizei venite din zona de Leadership

Un autor foarte în vogă din literatura de Leadership din Statele Unite, Brendon Burchard⁹, îndemna oamenii ca **în fiecare săptămână să se auto-evalueze în scopul de a se îmbunătăți**. Să-și pună întrebări precum am fost săptămâna aceasta consecvent cu valorile și standardele personale? Am lucrat săptămâna aceasta în direcția viziunii și misiunii mele? Cum mi-am urmărit și îndeplinit obiectivele personale și profesionale săptămâna aceasta?¹⁰

De asemenea, pare că prinde foarte bine ideea considerată extraordinară în literatura de leadership potrivit căreia **fiecare zi trebuie tratată ca prima zi în scopul de a excela zi de zi**. Acesta este și standardul celui mai bogat - oficial - om din lume, Jeff Bezos, conducătorul întreprinderii comerciale Amazon, pentru care fiecare zi este ziua unu¹¹, și care admite că pentru a excela activitatea sa comercială nu este suficient faptul că societatea sa are deja activități și o extindere globală căci poate ușor să pice în capcana de a uita ceea ce este important pentru companie, anume clientul său. Astfel, potrivit acestuia, în fiecare zi acesta trebuie să facă absolut tot ceea ce este uman posibil pentru a îndeplini nevoile, dorințele și așteptările clienților săi¹².

Am mai întâlnit o ultimă idee foarte interesantă și aparent bine argumentată despre **fericire** aparținând unui alt celebru autor american de literatură de leadership, Tony Robbins¹³ care afirma că „*fericirea care este adevărată și de durată este chiar*

⁹ Acesta este unul dintre cei mai urmăriți traineri de dezvoltare personală din vremurile noastre. Este autorul de cărți bestseller care a ocupat locul întâi în topul New York Times cu titluri ca *Life's Golden Ticket (Biletul de aur al vieții)*, *The Millionaire Messenger (Mesagerul milionar)* și *The Charge: Activating the 10 Human Drives that Make You Feel Alive (Energizarea: Cum să activezi cele 10 impulsuri umane care te fac să simți că trăiești)*. Eforturile lui Brendon Burchard au inspirat sute de mili-oane de oameni de pe întregul glob. Este în Top 100 al celor mai urmărite figuri publice de pe Facebook; show-ul său săptămânal de pe YouTube este cea mai vizionată serie de dezvoltare personală în direct din istoria site-ului; podcast-ul său motivațional *The Charged Life (Viața energizată)* a debutat pe locul întâi pe iTunes, la toate categoriile, în Statele Unite ale Americii și în multe alte țări, a se vedea <https://actsipoliton.ro/brendon-burchard>.

¹⁰ A se vedea Brandon BURCHARD, *3 Secrets of High Performers*, publicat pe <https://brendon.com/> la data de 09.02.2017, disponibil la <https://brendon.com/blog/secrets-of-high-performers/> (t.n.).

¹¹ „Every day is day 1”, (t.n.), a se vedea https://www.youtube.com/watch?v=fTwXS2H_iJo. Ram CHARAN, Julia YANG, „Jeff Bezos' philosophy for Amazon is that it's always 'Day 1' - here's what that means and why it works”, în *Business Insider* din 10.12.2019, disponibil și la <https://www.businessinsider.com/jeff-bezos-says-always-day-1-amazon-philosophy-2019-12>.

¹² Interviu disponibil la <https://www.youtube.com/watch?v=KPbKeNghRYE>, min. 11:40 (t.n.).

¹³ Un autor american din literatura de leadership, Anthony Robbins este un antrenor motivațional, instructor financiar personal și autor de cărți pentru dezvoltare personală. Tony Robbins se autointitulează „antrenorul succesului”. Este binecunoscut publicului larg datorită cărților „Putere nemărginită” (*Unlimited Power*) și „Descoperă forța din tine” (*Awaken the Giant Within*).

simpliciter: progres. Progres = Fericire”¹⁴. Aceasta întrucât, zice autorul, „dacă crești și dăruiești, vei fi fericit. Dacă avansezi în propria ta viață, dacă progresezi din punct de vedere personal, profesional, emoțional, spiritual - vei fi fericit. Doar în stagnare ne ofilim”¹⁵.

2.2. Trei soluții întâmplătoare la problematica analizei venite din zona de Pateric

Pe de altă parte, fără a căuta în mod intenționat răspunsuri la problematica de cercetare abordată în prezentul studiu, am dat și peste niște răspunsuri venite din zona de Pateric.

Referitor la *auto-evaluare personală*, am auzit în urmă cu aproximativ 2 ani la Radio Trintas o tâlcuire a Slujbei Vecerniei făcută de către Sfântul Vasile cel Mare potrivit căreia vecernia de fiecare seară are, printre altele, și rolul de a îndemna **creștinul zilnic să-și auto-evalueze activitățile**. Nu doar deci săptămânal, ci zilnic!

De asemenea, referitor la *excelența în viața de zi cu zi*, încă din anul I de facultate studenții la Teologie – cel puțin la Timișoara, la cursul de Spiritualitate Ortodoxă – descoperă îndemnul din Viața Sfântului Cuvios Antonie cel Mare de a **trăi fiecare zi ca și cum ar fi nu doar prima ci și ultima zi din viață**. Vedem aceasta din cuvintele de început adresate de Antonie cel Mare monahilor veniți la el să primească un cuvânt de învățătură:

Să ne fie întâi de toate sîrguința comună a tuturor, ca din cele ce le-am început să nu dăm înapoi, nici să descurajăm în osteneți, nici să zicem: «Ne nevoim de multă vreme». Ci mai degrabă să ne sporim rîvna, *ca și cînd am începe în fiecare zi* [s.n.]¹⁶.

Să stăruim deci, fraților, în nevointă și să nu ne moleșim (...). Iar spre a nu ne face nepăsători, *e bine să cugetăm la spusa Apostolului: «Mor în fiecare zi»* (I Cor., 15,31) [s.n.]. Căci dacă am trăi și noi ca cei ce mor în fiecare zi, n-am păcătui. Iar ceea ce se spune prin aceasta trebuie s-o înțelegem așa: sculîndu-ne în fiecare zi, să socotim că nu vom rămîne în viață pînă seara și cînd ne culcăm să socotim că nu ne vom mai scula¹⁷.

¹⁴ A se vedea la <https://www.tonyrobbins.com/mind-meaning/the-only-thing-you-need-to-be-happy/> (t.n.).

¹⁵ *Ibidem* (t.n.).

¹⁶ Sfântul Atanasie Cel Mare, *Viața Cuviosului Părintelui nostru Antonie*, Colecția Părinți și Scriitori Bisericești, vol. 16, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1988, p. 202. Cuvântul Sfântului Antonie se continuă zicând „(...) să stăruim în fiecare zi [s.n.] în această nevointă, știind că de vom nesocoti-o într-o singură zi, ne va ierta [Stăpînul] pentru timpul trecut, ci se va supăra pe noi pentru nepăsarea noastră (...) Iar Iuda a pierdut pentru o singură noapte toată osteneala timpului trecut”. Adnotează pr. Dumitru Stăniloae: „Este o idee pe care de asemenea a reluat-o sfântul Grigorie de Nyssa, arătând că cel ce se oprește o clipă din urcuș nu rămîne pe loc, ci cade. Ca să stai pe linia unde ești, trebuie să te silești să urci necontenit. Statornicia se menține prin mișcare în sus (*status mobilis*). Oprirea din urcuș e moleșeală. Și moleșeala stinge focul din suflet. Cînd cineva oprește pentru un moment alimentarea focului iubirii, l-a slăbit, a slăbit căldura sufletului”, *idem*, nota de subsol nr. 16.

¹⁷ *Idem.*, *op. cit.*, p. 204 [s.n.].

Nu în ultimul rând, referitor la *starea de fericire*, Sfântul Ioan Casian ne adresează în opera sa *Convorbiri duhovnicești* următorul avertisment:

... trebuie să știți că aceasta este viclenia cea mai adâncă a diavolului, aceasta este cursa ce mai ascunsă, în care prinde pe cei nenorociți și neprevăzători, că, în timp ce le făgăduiește lucruri mari, le răpește roadele necesare bucuriilor zilnice¹⁸.

2.3. Particularizarea problematicii (intriga) cercetării

Observăm, deci, aceste două perspective total diferite - fiecare întemeindu-se pe câte o paradigmă cu totul diferită una de cealaltă, fiecare exprimându-se printr-un univers lingvistic specific -, care au, totuși, ceva în comun.

Astfel, în timp ce, pe de o parte, punctul de pornire/ interes/ geneză al literaturii de leadership este randamentul/ rodul/ succesul *financiar (exterior)*, pe de altă parte, punctul de pornire/ interes/ geneză al literaturii de pateric este randamentul/ rodul/ succesul *sufletesc (interior)*. De asemenea, în timp ce, pe de o parte, în limbajul curent al literaturii de *Leadership* întâlnim cuvinte precum eficiență, proiecte, randament, succes, termene limită, obiective, sarcini, profit, buget anual de venituri și cheltuieli, motivație, influență, curaj, auto-disciplină etc., pe de altă parte, în limbajul curent al literaturii de Pateric întâlnim cuvinte precum metanoia și pocăință, patimi și virtuți, înfrânare și post, păcat și cădere în păcat, viața veșnică etc.

Elementul comun al acestor abordări cu totul diferite, care ne-ar permite să operăm o comparație între acestea considerăm că este metodologia/ funcționalitatea. Astfel, fiecare perspectivă presupune, astfel cum am arătat ca exemplu mai sus, auto-evaluarea periodică, starea de excelență/ prezență zilnică ori atingerea fericirii/ împlinirii. Aceasta este, prin urmare, și intriga cercetării noastre - o aparentă similitudine funcțională/ metodologică între perspectiva de Leadership și perspectiva de Pateric -.

B. PARTICULARIZAREA CERCETĂRII.

Fundamentele cercetării noastre

3. DOMENIUL CERCETĂRII - întrebarea de cercetare

3.1. Întrebările de cercetare ce rezultă din problematica aleasă pentru cercetare

Ar putea cele două perspective diferite - leadership și pateric - să lucreze împreună? Ar putea o persoană să le practice/ îmbine pe ambele deodată? Sunt anumite domenii ale vieții care primesc mai bine o perspectivă în dauna celeilalte?

¹⁸ Sfântul Ioan Casian, *Scrieri alese*, Colecția Părinți și Scriitori Bisericești, vol. 57, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1990, convorbirea a XXIV-a cu părintele Avraam, p. 736.

Care sunt cauzele care au determinat nevoia de Leadership, cumva lipsa din peisaj a Patericului? Este cumva astăzi Leadership-ul mai popular decât Patericul, și dacă da, de ce? Care sunt răspunsurile date problematicii cercetării de către literatura de leadership? Care sunt răspunsurile date problematicii cercetării de către literatura specifică spiritualității creștin-răsăritene, ortodoxe? Pe cei din jurul nostru care îi vedem că, în ciuda tuturor intemperiilor, totuși, performează în lucrarea lor, aplică ideile/conceptele prin filiera *Leadership sau Pateric*?

3.2. Întrebarea de cercetare principală. Punctul de pornire al prezentei cercetării

Cugetând la interogațiile anterioare, precum și la altele asemenea, am considerat să ne orientăm prezentul studiu în raport de următoare întrebare de cercetare principală: *care sunt cele mai importante contribuții din zona de leadership în zilele noastre, și ce anume din acestea poate fi de folos - dacă este cazul - unui student teolog/ viitor preot?*

3.3. Delimitări ale cercetării

De asemenea, pentru a ne preciza intenția de cercetare, considerăm util ca dintru început să ne delimităm de câteva fenomene și domenii de cercetare conexe, precum: de leadership-ul fără substanță, preocupat de persuadarea oamenilor prin metode lipsite de onestitate¹⁹; de leadership-ul mai vechi preocupat doar de aspectul economic²⁰; ori de „instrumentalizarea” spiritualului de către leadership și în scop pur economic²¹. Totodată, mai precizăm: conceptul de „lider” și „leadership”, intuitiv (personal), ne displace, probabil pentru că ne sugerează ideea unui „conducător” al unui „oi” - iar relația acestor două concepte ne denotă o caracteristică a oilor de a fi proaste. Spre deosebire de relația dintre conceptele de „păstor” și „oi”, relație care ne denotă o anumită apropiere, chiar prietenie și iubire între oi și păstor/cioban/ ciobănașul lor .

4. METODOLOGIA CERCETĂRII

4.1. Metoda principală de cercetare: comparativă

Ca și metodă de cercetare, vom încerca să răspundem la întrebarea de cercetare identificată mai sus printr-un excurs interdisciplinar și comparat între literatura de leadership și dezvoltare personală, pe de o parte, și literatura clasică a

¹⁹ A se vedea Stephen R. COVEY, *Eficiența în 7 trepte. Sau un abecedar al înțelepciunii*, Editura ALLFA, București, 2009, p. 9.

²⁰ Se recunoaște astăzi în unanimitate în literatura de leadership faptul că este imposibil pentru o persoană să „performeze” la nivel înalt în activitatea sa profesională (un antreprenor care își extinde afacerea la nivel național/ global) dacă nu are grijă ca și în viața sa privată (acasă în familie) să „performeze” cel puțin la fel de bine (să fie un soț bun/ să se preocupe de copiii lui, să aibă o familie fericită etc.), a se vedea Stephen R. COVEY, *op. cit.*, p. 34 și urm.

²¹ A se vedea Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 121.

Sfinților Părinți și a altor învățătorilor din spiritualitatea creștin-răsăriteană, ortodoxă, pe de altă parte.

În acest scop, vom prezenta ideile esențiale dintr-o carte din literatura de leadership apărută în anul 2017 și intitulată *High Performance Habits. How Extraordinary People Become That Way*, Editura Hey House, Londra, autor Brendon Burchard²². Mai precis vom prezenta esența celor șase obiceiuri considerate de autorul acestei cărți ca fiind acele obiceiuri care „te pot ajuta să obții succesul pe termen lung și o stare de bine energetică indiferent de vârsta, cariera, aptitudinile și personalitatea ta”²³. Motivul principal pentru care am ales această carte ca și sursă principală de referință din literatura de Leadership este acela că aceasta se fundamentează pe o cercetare științifică foarte serioasă în domeniul științelor umane, psihologie, statistică, sociologie etc., fiecare capitol al cărții fiind însoțit de referințe bibliografice consistente, subsumate în aproximativ 45 de pagini de bibliografie²⁴.

În același timp, pe măsură ce prezentăm fiecare dintre cele șase „obiceiuri de înaltă performanță” - să ridici *necesitatea*²⁵, să cauți *claritatea*, să generezi *energie*²⁶, să mărești *productivitatea*, să demonstrezi *curaj*, să dezvolți *influență*²⁷ -, vom face o incursiune și în *Scara Dumnezeiescului Urcuș* scrisă de Sfântul Ioan Scărarul, publicată în varianta din Vol. IX din Filocalia, în traducerea pr. D. Stăniloaiu, în anul 2017²⁸, pentru a vedea dacă și în ce măsură Sfântul Ioan Scărarul „ține pasul” cu - ori poate chiar depășește - literatura de leadership și dezvoltare personală din zilele noastre.

4.2. Structura conținutului prezentului studiu

Prezentul studiu conține șase capitole, denumite după numele celor șase „obiceiuri de înaltă performanță” mai sus menționate. Fiecare capitol conține două părți, prima în care se prezintă perspectiva din Leadership asupra obiceiului uman analizat - structurată la rândul ei pe trei exerciții practice pentru dezvoltarea respectivului obicei -, secunda în care se prezintă perspectiva din Pateric - structurată și ea la fel .

²² Brendon BURCHARD, *High Performance Habits. How Extraordinary People Become That Way*, Editura Hey House, Londra, 2017. Carte netradusă încă în limba română.

²³ *Idem.*, *op. cit.*, coperta interioară față.

²⁴ De asemenea, cartea valorifică 10 ani de practică în oferirea de consiliere profesională tip mentorat oamenilor de top din domeniul lor de activitate, cuprinde o dată de baze foarte vastă privind performanța înaltă din date adunate din întreaga lume prin statistici și sondaje de opinie, interviuri, și dezvoltarea unor instrumente de evaluare.

²⁵ Adică motivația.

²⁶ Potrivit autorului „*nicio persoană nu poate avea energie, ci, precum o centrală de curent, aceasta poate însă genera energie. Iar acest proces presupune o acțiune conștientă și intenționată a persoanei de a-și transforma gândurile în emoții*”, Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 97 (t.n.).

²⁷ Ordinea prezentării acestor obiceiuri de către autor este alta, claritate, energie, necesitate, productivitate, influență, curaj.

²⁸ Alegerea acestei cărți ține, pe de o parte, de autoritatea de necontestat a acesteia, iar, pe de altă parte, de faptul Sfântul Ioan Scărarul este sărbătorit pe 30 martie, cu doar câteva zile înainte de data susținerii conferinței ce a stat la baza prezentei lucrări, 4 aprilie 2019.

4.3. Ipoteze de cercetare

Prezentul studiu își asumă ca ipoteză de lucru definiția dată conceptului de „întă performanță” de către autorul de referință din literatura de leadership, Brendon Burchard, care definește conceptul ca reprezentând „*reușita peste normele standard, constant și pe termen lung*”²⁹. În perspectiva autorului, acest concept nu este corelat în mod direct cu factori precum vârsta, educația, venitul, rasa, naționalitatea, sexul etc., ci cu un set de practici (obiceiuri) pe care acesta le numește ca fiind „obiceiuri de întă performanță”.

Iar aceste obiceiuri, susține autorul, pot fi învățate de oricine, indiferent de experiență, putere, personalitate, poziție etc., și sunt de folos atât celor care se zbat să supraviețuiască, cât și celor care deja au un anumit succes și-și doresc să obțină și mai mult³⁰.

CAPITOLUL 1 - OBICEIUL 1: RIDICĂ NECESITATEA

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP

*Primul exercițiu practic este acela de a cunoaște persoana/ele care au nevoie ca tu să excelezi. Aceasta deoarece, ni se explică, nu ai cum să devii extraordinar fără conștiința - ori chiar presiunea - că este absolut necesar ca tu să excelezi, atât în ceea ce te privește pe tine însuși, cât și pe alții. De acum înainte, de fiecare dată când ne așezăm la birou, suntem îndemnați să ne adresăm câteva întrebări, precum „Cine are acum nevoie cel mai mult ca eu să excelez în ceea ce fac? Ce anume din identitatea mea ori din obligațiile externe face astfel încât să fie imperativ pentru mine să-mi lucrez astăzi chemarea la cel mai înalt nivel posibil?”*³¹.

Aceasta deoarece, potrivit autorului și studiilor pe care își fundamentează lucrarea, persoana umană atinge un nivel ridicat de excelență doar atunci când aceasta își dedică (i) întregul efort de care este capabilă, (ii) maxima sa concentrare, (iii) asupra unui singur lucru pe care îl face³². De asemenea, pentru a înțelege fundamentele acestei practici, ni se mai spune faptul că atingerea unui nivel ridicat de excelență, performanță în orice domeniu se cere un anumit echilibru de factori interni și externi care ajută în acest sens individul să performeze astfel³³.

Pe de o parte, dintre factorii interni primul este *identitatea ca standard personal de excelență*, adică asocierea propriei identități cu lucrarea pe care persoana

²⁹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 14 (t.n.).

³⁰ *Idem.*, *op. cit.*, p. 12 (t.n.). Autorul citat ne adresează, pe de o parte, o promisiune că după parcurgerea lucrării sale, cititorul nu se va mai întreba niciodată care sunt ingredientele succesului în demararea și realizarea unui proiect, la locul de muncă ori în viața privată, dar și, pe de altă parte, avertismentul aceste obiceiuri nu fac din nimeni un super-om, ci potențază la maxim chemarea fiecărei persoane, oferind „*un sistem standard de operare și un set de obișnuințe și practici care s-au dovedit că conduc, pe termen mediu și lung, la succes*” *Idem.*, p. 3 (t.n.).

³¹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 152-155 (t.n.).

³² *Idem.*, *op. cit.*, p. 153 (t.n.).

³³ *Idem.*, *op. cit.*, p. 132 (t.n.).

o înfăptuiește. Exemplul oferit este acela al unui atlet, care e posibil ori chiar probabil să nu-i facă plăcere exercițiile pe care antrenorul său i le-a dat, însă le face pentru că se vede pe sine însuși ca fiind un atlet de elită care e dispus să facă totul pentru a deveni mai bun. O asemenea persoană își face *auto-evaluări* mult mai frecvent³⁴ și - cu totul surprinzător - *acceptă ușor criticile*³⁵. De aici urmează, ca o consecință, al doilea factor intern, cel denumit de literatura de leadership „*obsesia*” pentru performanță, care rezultă din faptul că persoana în cauză își legă propria sa identitate de lucrul pe care îl face.

Pe de altă parte, factorii externi privesc obligațiile ori datoriiile sociale și urgențele ori termenele. Studiile arată că atunci când oamenii sunt responsabilizați - printr-o formă ori alta - de ceea ce fac - precum prin evaluare, demonstrarea propriei expertize, dorința de a câștiga respect din partea clienților, termene limită³⁶ etc. -, aceștia sunt mult mai motivați, implică mult mai mult efort și, finalmente, ating performanțe mai înalte³⁷.

Al doilea exercițiu practic este acela ca *persoana să-și afirme propriul său „DE CE”*. Aceasta întrucât abia atunci când o persoană verbalizează ceva anume, acel ceva devine mai real și mai important pentru ea. Astfel, suntem îndemnați să ne punem în cuvinte și să ne pronunțăm propriul „de ce” cu voce tare și cât mai frecvent, și să-l și împărtășim altor persoane. Aceasta va oferi fiecărei persoane o motivație puternică să trăiască în consecvență cu propriile sale angajamente. Prin urmare, suntem îndemnați ca data următoare când vom dori să ne ridicăm nivelul de necesitate al performanței noastre, să ne declarăm - nouă înșine și altora - ce anume ne dorim și, mai ales, de ce ne dorim să atingem un anumit obiectiv³⁸.

Statistica folosită ca suport în lucrarea de referință a noastră relevă faptul că aceasta este una dintre cele mai remarcabile diferențieri între persoanele care performează la nivel înalt și cei care nu fac asta³⁹. Aceeași sursă mai arată că personalitatea omului, fie că este extrovertit sau introvertit, nu influențează cu nimic această secundă practică de ridicare a nivelului necesității⁴⁰; persoanele care

³⁴ Pentru asta ține chiar și un jurnal, a se vedea *Idem., op. cit.*, p. 134-135 (t.n.).

³⁵ Nu e de mirare, căci o asemenea persoană este interesată mai mult de rezultat, performanța în domeniul său de activitate, și mai puțin de propriul său ego.

³⁶ Despre termenele limită autorul citat afirmă că acestea generează un nivel ridicat de implicare pentru persoanele de înaltă performanță, acestea oferindu-le celor din urmă un prilej de a-și ridica la maxim nivelul de concentrare pentru ceea ce contează cu adevărat *atunci* când contează, Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 149. În același sens, alte studii arată că termenele limită înlesnesc tranziții de la o activitate la alta, a se vedea Sophie LEROY, „Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks”, în *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 109 (2), pp. 168-181 *apud* Brendon BURCHARD, *loc. cit.* (t.n.).

³⁷ Lerner, J.S., & Tetlock, P.E. (1999) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 146, (t.n.). Din contră, Persoanele care nu performează la nivel înalt, atribuie acestor factori externi o semnificație negativă - se plâng din această pricină -, ignorând ceea ce ne spune autorul, că „*atunci când ai șansa de a slui, nu trebuie să te văicărești pentru efortul depus*”, Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 146-157 (t.n.).

³⁸ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 158-160 (t.n.).

³⁹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 158 (t.n.).

⁴⁰ Elena Lytkina BOTELHO, Kim Rosenkoetter POWELL, Stephen KINCAIS, Dina WANG, „What Sets Successful CEOs Apart?”, în *Harvard Business Review*, May, pp. 70-77 *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 158-159 (t.n.).

performează la nivel înalt fiind încrezători - chiar neclintiți - cu privire la „de ce”-ul lor și deschiși la sugestii referitoare la „cum” să-și realizeze obiectivele⁴¹; afirmațiile care valorifică factorii intrinseci - deci nu banii, diplomele ori notele etc. - sunt mult mai puternice⁴²; iar persoanele cu probleme de anxietate reușesc să și le depășească în mod foarte frecvent atunci când își reactualizează valoarea obiectivelor pe care și le-au asumat și le urmăresc.

Al treilea exercițiu practic ni se spune că este acela de a ridica nivelul echipei tale. Emoțiile și excelența sunt contagioase, așa că petrece mai mult timp alături de cei mai pozitivi și de succes oameni din grupul tău de interes, prieteni, colegi ori cunoștințe. Continuă, apoi, prin a-ți construi rețeaua ideală de oameni care să te susțină și care să-ți dea putere. Ni se adresează îndemnul de a ne întreba „Cum aș putea ca în acest proiect nou pe care îl încep să am alături, să pot lucra cu cei mai buni oameni din domeniu? Cum aș putea să-i inspir și eu alții să-și ridice nivelul propriilor lor standarde?”⁴³.

În acest sens, sunt prezentate cele mai recente studii din perioada anilor 2007-2017 care au arătat efectele pe care grupul social apropiat care înconjoară o persoană îl are asupra respectivei persoane. Anume, comportamentul, atitudinea ori chiar starea de sănătate tinde să se formeze în cadrul grupurilor sociale. Concluzia este una cu totul surprinzătoare, aceea că persoanele din jurul tău determină cantitatea de somn, mâncarea pe care o mănânci, banii pe care îi cheltui ori îi economisești⁴⁴.

Iar prin această influență a grupului social asupra individului se pot transmite atât comportamente negative, cât și comportamente pozitive. Spre exemplu, pe de o parte, fumatul, obezitatea, singurătatea, depresia, divorțul, consumul de droguri etc. tind a se forma în grupuri sociale⁴⁵. În concret, dacă prietenii tăi fumează, probabil că vei fuma și tu, iar cu câți mai mulți prieteni avem care sunt supraponderali ori divorțați, crește probabilitatea statistică, pentru ca să ajungem și noi astfel.

Pe de altă parte, ni se spune că dacă avem un prieten care este fericit cu viața lui, statistic șansele cresc cu 25% ca și noi să te simțim fericiți⁴⁶. La fel se întâmplă și cu performanța înaltă la nivel mondial în domenii foarte diverse de activitate - precum muzicală, fotbal, artă, baschet, tenis ori altele -, aceasta are loc tot în grupurile sociale cele mai apropiate de individ⁴⁷.

⁴¹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 159 (t.n.).

⁴² Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 160 (t.n.).

⁴³ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 165 (t.n.). În final, devine lămurit că această practică de „a ridica nivelul echipei”, adică suportul social, nu condiționează performanța, însă cu siguranță poate să o facă mai ușoară, mai rapidă și mai plăcut, *ibidem*.

⁴⁴ Christakis, N.A., & Fowler, J.H. (2008b) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 162 (t.n.).

⁴⁵ Christakis, N.A., & Fowler, J.H. (2008b) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 163 (t.n.).

⁴⁶ *Ibidem*.

⁴⁷ Coyle, D. (2009); Chambliss, D.F. (1989) *apud Ibidem*. Muzicienii de top internațional se cunosc între ei, la fel și baschetbaliștii, șoferii de formula 1, atleții etc. + Deosebit de surprinzător este și faptul că acest efect „contagios” s-a arătat că se produce până la al treilea nivel de relație. Asta înseamnă, ni se spune, că nu numai prietenii noștri și familia noastră ne pot influența. Cercetările arată că prietenii prietenilor noștri exercită de asemenea o influență asupra noastră, precum și prietenii prietenilor prietenilor noștri. John T. CACIOPPO, James H. FOWLER, and Nicholas A. CHRISTAKIS, „Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network”,

Cu toate acestea, cele spuse anterior nu sunt imuabile. Aceleași studii arată că oamenii își pot depăși determinările și limitările lor socio-culturale în situația în care, pur și simplu, aceștia adoptă anumite *credințe* însoțite de strategii corespunzătoare. Spre exemplu, simpla adoptare a credinței că te pot îmbunătăți prin efort a ajutat copii din cartierele rău famate ori dezavantajate să-și îmbunătățească notele școlare de la foarte proaste la cele mai înalte din clasa lor⁴⁸. În mod asemănător, alte studii mai arată că oamenii pot să-și mențină puterea⁴⁹ chiar și atunci când mediul înconjurător ori cultura din jurul lor nu le este favorabilă⁵⁰, diferența stă în modul în care ei *gândesc*.

PERSPECTIVA DIN PATERIC

Surprinzător sau nu, în *Scara Sfântului Ioan Scărarul* putem găsi din belșug îndemnuri și atenționări metodologic asemănătoare cu cele de mai sus referitoare la menținerea unui nivel de necesitate ridicat, despre motivație.

Și autorul *Scării* ne îndeamnă și ne propune să cunoaștem persoana care are nevoie ca noi să excelăm, acesta ne spune *În primul rând pentru Domnul*. În cuvintele Sfântului:

*(...) toate cele curate de împătımire și de orice întinare, făcute în primul rând pentru Domnul [s.n.] și nu pentru altceva, chiar dacă nu sînt negreșit bune, ni se vor socoti ca bune*⁵¹

Cel ce iubește cu adevărat pe Domnul (...) urmează gol și fără griji și fără pregetare, lui Hristos, privind pururea spre cer [s.n.] și așteptînd ajutorul de acolo⁵².

Și să nu ne fie cu mirare nici dacă aflăm că Sfântul Ioan Scărarul ne arată și cum să excelăm (în rugăciune), cum să ne evaluăm activitățile, să primim criticile, să stăruim „obsesiv” - ca să folosim cuvintele lui Brendon Burchard - în rugăciune, să urmărim atingerea celui mai înalt ideal posibil și - în plus față de literatura de leadership - să facem pocăință.

Vorbind despre rugăciunea și cântarea împreună cu obștea, Sfântul Ioan ne oferă îndemnul că:

în *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 97(6), Dec 2009, pp. 977-991 Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 163.

⁴⁸ Dweck, C.S. (2014) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 164 (t.n.).

⁴⁹ Referința Duckworth, A.L. (2016); Seligman, M.E.P. (2012) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 164 (t.n.). Este vorba despre puterea mentală, psihică a persoanei.

⁵⁰ *Ibidem*.

⁵¹ Sfântul Ioan Scărarul, „Scara Dumnezeiescului Urcuș”, *Filocalia Vol. IX*, în traducerea pr. D. Stăniloae, 2017, pct. 5 (extras), partea a II-a, cuv. XXVI, p. 290.

⁵² Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 1, cuvântarea II, pp. 60-61. În continuarea citatului oferit, se spune „potrivit sfîntului care a zis: «Lipitu-s-a sufletul meu după Tine» (Ps. 64, 10) și altuia pururi pomenit, care a spus: «Eu m-am ostenit să-Ți urmez Ție, si ziua și odihna omului n-am poftit, Doamne» (Ier. 17, 16)”.

Nu se cuvine în acest timp nimănui să se apuce de un lucru netrebuincios, sau mai bine zis trebuincios. Aceasta ne-a învățat îngerul ce s-a arătat lui Antonie cel Mare⁵³.

Înger care ...

... a arătat cu învedereare că un monah nu trebuie să se ocupe niciodată cu vre-un lucru manual în vremea rugăciunii⁵⁴.

Înțelegem, deci, că în timpul dedicat celei mai importante activități a noastre, a creștinilor, rugăciunea, nu avem a ne preocupa de absolut nicio altă activitate⁵⁵, concentrarea atenției noastre ar trebui să fie exclusivă în această direcție, către rugăciune. Așa sunt învățați creștini să atingă excelența și înalta performanță.

Apoi, putem vedea cum Sfântul Ioan Scărarul îndeamnă creștinii și monahii să privească rugăciunea și ca prilej de evaluare a activităților proprii⁵⁶, zicând că:

Rugăciunea este celui ce se roagă cu *adevărat tribunal, dreptar și scaun de judecată* [s.n.] Domnului, înaintea scaunului Judecării viitoare⁵⁷ ...

... aceasta întrucât evaluarea ne este prezentată și ca soluție împotriva slavei deșarte, zicând că:

Nu-i ușor a ne izbăvi de slava deșartă. Dar se izbăvește cineva prin lucrarea ascunsă a virtuților și prin luarea aminte mai deasă⁵⁸.

Iar referitor la forma de evaluare constând în primirea criticilor, aflăm de la Sfântul Ioan că neprimirea acestora dă seama că persoana se află în mijlocul lucrării patimei mândriei în viața sa, spunând că:

⁵³ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 6, cuv. XVIII, p. 218. De asemenea, pr. Dumitru Stăniloae lămurește că „*Ilie Criteanul explică acest loc astfel: «Îngerul care a apărut odinioară marelui Antonie a arătat cu învedereare că un monah nu trebuie să se ocupe niciodată cu vre-un lucru manual în vremea rugăciunii. Căci sfântul n-a văzut niciodată pe acest înger lucrînd și rugîndu-se în același timp, ci-l vedea odată șezînd și lucrînd cu mîinile, odată părăsindu-și lucrul și sculîndu-se pentru a se ruga. Iar acest înger a fost trimis sfîntului de Dumnezeu, ca să-l învețe ce trebuie să facă și în ce fel trebuie să viețuiască, pentru a fi sigur de mîntuire. De aceea i-a și spus : «Fă aceasta și vei trăi» (A. d'Andilly, Op. cit., Introd. IV)».*

⁵⁴ Pr. Dumitru Stăniloae, notă de subsol la Sfântul Ioan Scărarul, *loc. cit.*

⁵⁵ Invers nu este valabil, căci ni se cere rugăciune în „toată vremea” vieții noastre, chiar și în timp ce lucrăm. Se explică asta, căci rugăciunea este întâlnirea noastră cu Dumnezeu, Ființa Primordială, întâlnire care nu poate decât să ne potențeze orice altă activitate pe care o facem.

⁵⁶ Ca un fin observator al lumii sale, Sfântul Ioan este conștient că în orice domeniu de activitate ai fi ai nevoie de a-ți evalua propriile activități, sens în care ne mai spune că „*După trecerea zilei negustorului, iar după cîntare lucrătorului, șezînd își socotește cîștigul* [s.n.]”, în Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 11, cuv. XIX, p. 221.

⁵⁷ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 1, cuv. XXVIII, p. 332. Aceasta deoarece „*Cei ce voim să o dobîndim [smerenia], să nu încetăm a ne cerceta pe noi înșine* [s.n.]; *și dacă vom socoti, întru simțirea inimii, pe aproapele, că ne întrece în toate, aproape ne este mila*, Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 30, cuv. XXV, p. 256.

⁵⁸ Dumitru Stăniloae, notă de subsol la Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 2, cuv. XXI, p. 225.

Începutul mândriei e sfârșitul slavei deșarte. Mijlocul ei este disprețuirea aproapelui, vestirea nerușinată a ostenețelor proprii, lauda de sine în inimă, ura mustărării. Iar sfârșitul ei este tăgăduirea ajutorului lui Dumnezeu, fălire cu rîvna sa, nărav drăcesc⁵⁹.

Totodată, îl vedeam pe Sfântul Ioan Scărarul și cum îndeamnă creștinii și monahii să se avânte cu putere și dedicație către cel mai înalt ideal posibil, zicându-ne:

Urcați, urcați, fraților, punînd cu rîvnă suișuri în inimă. Auziți pe cel ce spune: «Veniți să ne suim la muntele Domnului și la casa Dumnezeului nostru» (...). Alergați, rogu-vă, cu cel ce zice: «Să ne sîrguim, pînă ce vom ajunge toți la unitatea credinței și la cunoștința lui Dumnezeu, la bărbatul desăvîrșit, la măsura vârstei plinătății lui Hristos»⁶⁰.

Și culmea, și Sfântul Ioan ne îndeamnă la o „obsesie” pentru performanță⁶¹ - duhovnicească de data aceasta - când ne spune:

Nu se teme cel osîndit de executarea pedepsei lui, atîta cît se teme cel ce îngrijește de rugăciune, de starea la rugăciune⁶².

În final, după ce ne facem evaluarea în raport de cel mai înalt ideal posibil - luarea aminte la noi înșine, atît prin evaluarea primită de la aproapele nostru, cât și prin auto-evaluare - aflăm de la Sfântul Ioan Scărarul îndemnul de a face pocăință pentru tot ce am găsit nepotrivit în lucrarea noastră, zicînd:

Cel ce se pocăiește cu adevărat, toată ziua în care nu plînge o socotește ca pierdută, chiar dacă a săvîrșit alte lucruri bune în ea⁶³.

Mai departe, și autorul *Scării* identifică necesitatea afirmării unui „de ce” personal al creștinului, în general, și al monahului, în special, anume *o dorință prea bună care se naște în noi*. În cuvintele acestuia:

⁵⁹ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 2, cuv. XXII, p. 234.

⁶⁰ Ioan Scărarul, *op. cit.*, Cuv. XXX (extras). Acesta mai afirmă monahilor că „nu vor obosi pînă ce nu se vor face îngeri. Fericit este cel ce nădăjduiește. De trei ori fericit cel ce, voind, a ajuns inger”, în *Idem.*, pct. 26 (extras), cuv. XXVII, p. 317.

⁶¹ Precum îndeamnă și Brendon Burchard, a se vedea *supra*, primul exercițiu practic al obiceiului necesității.

⁶² Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 33, cuv. XXVIII, p. 337. În continuarea textului citat se mai spue că „De aceea, de este cineva înțelept și ager la minte, poate lepăda, gîndindu-se la ea, toată defăimarea și mînia și grija și ocupația și necazul și săturarea și gîndul și ispita”.

⁶³ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 15, cuv. V, p. 133. Adică chiar de-am fi condamnați la moarte, mai mult să ne temem ca nu cumva să pierdem rugăciunea decît de executarea pedepsei. O adevărată „obsesie” pentru rugăciune, am putea spune.

Oricărei lucrări duhovnicești văzute și gândite îi premerge o intenție potrivită și o dorință prea bună care se nasc în noi cu împreună-lucrarea lui Dumnezeu⁶⁴.

Pentru Sfântul Ioan este limpede că orice bună acțiune are nevoie atât de o bună intenție (cauză), cât și de o bună țintă (scop), astfel când afirmă:

Toți cei ce au părăsit de bună voie cele ale vieții au făcut aceasta fără îndoială fie pentru Împărăția viitoare, fie pentru mulțimea de păcate, fie pentru dragostea de Dumnezeu⁶⁵ și „Să alergăm, fraților, să alergăm⁶⁶ ca să ne bucurăm de intrarea în camera de nuntă a palatului⁶⁷”.

Din nou autorul *Scării* pare că ține pasul autorului de leadership citat, în ceea ce privește „nivelul echipei” monahului, creștinului. Sfântul Ioan Scărarul ne spune că avem nevoie să ne lucrăm mântuirea *împreună cu aproapele și cu bătrânul (starețul) nostru*, alături de care să ne lucrăm *virtutea ascultării*. Căci precum ...

... calului când se află singur i se pare că aleargă tare, dar adus în herghelie, își cunoaște neputința sa⁶⁸ ...

tot așa și omul are nevoie a se afla în comuniune cu alți oameni.

Deoarece nu voim să ne smerim, Domnul a rînduit cu purtare de grijă și aceasta: nimeni nu poate vedea ranele sale cum le vede aproapele său⁶⁹.

De asemenea, Sfântul Ioan oferă foarte multe nuanțe acestei necesități a omului de a se însoți cu alți oameni în lucrarea mântuirii sale. În primul rând, ne îndeamnă:

Nu te măsură cu cei mai slabi dintre oameni, ci mai degrabă cu cei mai înaintați în iubire. Căci măsurîndu-te cu cei dintîi vei cădea în groapa închipuirii de sine; dar de te vei măsură după iubirea celor din urmă, vei înainta spre înălțimea smereniei⁷⁰.

⁶⁴ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 58, cuv. XXVI, p. 282. În continuarea textului citat se continuă astfel: „Căci dacă nu premerge cele dintîi, a doua nu obișnuiește să urmeze”.

⁶⁵ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 11, Cuv. I, pp. 49-50. În continuarea textului citat se mai afirmă următoarele: „Iar dacă nu au avut în vedere nici unul din scopurile amintite, retragerea lor e fără judecată. Dar oricare ar fi ținta la care ajungem, Bunul Orînduitor al nevoinței noastre ne așteaptă”.

⁶⁶ Și NU să mergem la plimbare!

⁶⁷ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 17 (extras), cuv. XXIV, p. 347. Acest text continuă zicând „Că de vom lipsi din vreo pricină oarecare, fie din pricina poverii vreunei patimi ce ne stăpînește de mai înainte, fie din pricina vremii, fie și numai de vreun locaș din jurul cămării de nuntă, va fi mare nenorocire”.

⁶⁸ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 20, cuv. XXV, p. 254.

⁶⁹ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 48 (extras), cuv. XXV, p. 260. Acest text continuă zicând „De aceea e de trebuință să dăm mulțumită pentru însănătoșirea noastră nu nouă, ci aceluia și lui Dumnezeu”.

⁷⁰ Părintele Dumitru Stăniloae îl identifică pe autorul citatului redat de Sfântul Ioan ca fiind Sfântul Maxim Mărturisitorul, Dumitru Stăniloae, notă de subsol la Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 16, cuv. XXI, p. 228.

Totodată, și el ne avertizează asupra riscurilor unor rele însoțiri atunci când ne spune:

Am văzut oameni dreپți, care au învățat de la cei vicleni să se facă vicleni și m-am mirat cum au putut pierde așa de repede o însușire și un dar al firii⁷¹.

Pe de altă parte, Sfântul Ioan ne și împărtășește beneficiile unor bune însoțiri atunci când spune:

Cel ce se îndeletnicește cu virtutea în mînăstiri de obște, sau în însoțirea cu alții, nu e războit de obicei prea mult de frică⁷² ...

După cum oțelul călit poate ascuți pe cel necălit, așa fratele rîvnitor mîntuiește de multe ori pe cel trîndav⁷³.

În ceea ce privește relația cu mentorul, persoana inițiată în „performanța duhovnicească” - denumită în literatura bisericească sub numele de *bătrân* ori *stareț* - Sfântul Ioan Scărarul ne lămurește că aceasta este de o capitală importanță:

Toți cei ce voim să ieșim din Egipt și să fugim de faraon⁷⁴, avem negreșit și noi nevoie de un Moise (Ieș. 15) oarecare, ca mijlocitor către Dumnezeu și după Dumnezeu, care stînd pentru noi la mijloc cu făptuirea și cu vederea (contemplarea), să întindă mîinile spre Dumnezeu, ca să trecem, povățuiți de el, marea păcatelor și să punem pe fugă pe Amalic, căpetenia patimilor. S-au înșelat deci cei ce s-au încrezut în ei înșiși și au socotit că n-au nevoie de nici un povățuitor⁷⁵.

Căci ...

Precum corabia care are un bun cîrmaci ajunge neprimejduită la liman cu ajutorul lui Dumnezeu, așa și sufletul care are un păstor

⁷¹ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 10, cuv. XXIV, p. 245.

Sfântul Ioan mai spune că a văzut „(...) mulți, încercînd să mîntuiască împreună cu ei pe unii nepăsători și greoi, s-au pierdut împreună cu aceștia, focul sufletului lor stingîndu-se cu vremea”: în *Idem*, cuvântul III, pct. 4 (extras), p. 67.

⁷² Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 1, cuv. XX, p. 222, text care continuă zicînd că: „(...) cel ce petrece în locurile mai sihăstrești să se lupte ca să nu-l ia în stăpînire odrasla slavei deșarte, sau fiica necredinței, adică frica”.

⁷³ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 11, partea a III-a, cuv. XXVI, p. 306.

⁷⁴ Dumitru Stăniloae, notă de subsol la Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 13, cuv. I, p. 51, lămurește că „Părinții spun că Egiptul este voia trupească ce ne apleacă spre odihna trupească și face mintea noastră iubitoare de plăceri” și că, „Egiptul gîndit cu mintea este întunecimea patimilor, la care nimeni nu se coboară, dacă nu ajunge la foamete”.

⁷⁵ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 13, cuv. I, p. 51. Lămurește și pr. Dumitru Stăniloae, într-o notă de subsol la acest text, următoarele: „cum spune și alt părinte (sfîntul Grigorie de Nazianz), dacă în alte meșteșuguri e greu să se înfăptuiască ceva fără învățator, cu cît mai mult nu avem nevoie de un învățator, spre obișnuirea și învățarea deosebirii gîndurilor și duhurilor, care e meșteșugul meșteșugurilor și știința științelor?»”.

bun urcă ușor la cer, chiar dacă ar fi săvârșit foarte multe rele. Precum cel ce nu are povățuitor, ușor se rătăcește pe drum, chiar de ar fi foarte chibzuit, așa și cel ce-și face drumul călugăriei în chip liber, ușor se pierde, chiar dacă ar cunoaște toată înțelepciunea lumii⁷⁶.

Mai înțelegem din lucrarea Sfântului Ioan Scărarul că, în relația cu fratele și cu bătrânul său, creștinul și monahul are a lucra practica ascultării despre care acesta spune că este:

... mișcare de neînțeles, moarte de bună voie, viață neiscoditoare, primirea primejdiei fără grijă, răspuns necăutat în fața lui Dumnezeu, netemere de moarte, neprimejdioasa plutire pe marea vieții, călătorie în somn⁷⁷.

CAPITOLUL 2 - OBICEIUL 2: CAUȚĂ CLARITATE

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP

Primul exercițiu practic este acela intitulat *imaginează-ți cele 4 perspective*. Anume, suntem îndemnați să ne cunoaștem propria viziune și să ne stabilim intențiile în mod clar și consecvent cu această viziune în raport de *cine* dorim să fim în fiecare zi, *cum* ne dorești să interacționezi cu cei din jurul nostru, ce *competențe* avem nevoie să dezvoltăm pentru a reuși în viitor, și cum am putea să facem o *diferență în jurul nostru și să slujim cu excelență*. În acest sens, pentru a face practic acest îndemn, suntem atenționați ca niciodată să nu intrăm într-un context social nou fără a cugeta și pregăti aceste patru categorii (sinele, socialul, competențele, slujirea)⁷⁸.

Suportul de cercetare la care Brendon Burchard cu care își fundamentează științific lucrarea arată că oamenii de înaltă performanță cunosc răspunsul la câteva întrebări fundamentale, precum cine sunt? (care sunt valorile mele? care sunt aptitudinile și lipsurile mele?) care sunt obiectivele mele? care este planul meu? La aceste întrebări, deși par a fi elementare⁷⁹, puține persoane sunt capabile să răspundă RAPID (acum!), căci persoanele de înaltă performanță - mult mai mult decât alții -

⁷⁶ *Idem.*, pct. 43-44, partea a III-a, cuv. XXVI, p. 309. A se vedea, în același sens și *Idem.*, Cuv. IV, pct. 6 (extras), p. 77, unde se spune că „(...) toți câți străbateți marea aceasta uriașă, plutind înălțați pe umerii altora, cunoașteți că ați pornit să străbateți un drum scurt și aspru, avînd pe el puțința unei singure rătăcirii: ea se numește rînduiala de sine (ideoritmia). Cel ce a lepădat-o cu totul pe aceasta în alegerea celor ce i se par bune și duhovnicești și plăcute lui Dumnezeu a ajuns la țintă, înainte de a fi pornit la drum”. În același sens și nota de subsol a pr. Dumitru Stăniloae nr. 282, pct. 130 (extras), Cuv. V: „Fratele de care se vorbește își cere el însuși pedeapsa, dar și-o cere de la duhovnic, adică pe de o parte și-o dă el însuși, dar nu fără încuviințarea duhovnicului, pentru ca să nu cadă nici din pocăință, dar să nu se înfunde nici în păcatul mîndriei. Avem deci nevoie de duhovnic, între altele, și pentru a nu adăoga la celelalte păcate și pe acel al mîndriei”.

⁷⁷ *Idem.*, cuv. IV, pct. 3 (extras), p. 75.

⁷⁸ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 64-77 (t.n.).

⁷⁹ *Idem.*, *op. cit.*, pp. 59-60 (t.n.).

știu cine sunt, ce-și doresc, ce urmăresc, cum să ajungă acolo, și ce le oferă sens și împlinire⁸⁰.

Al doilea exercițiu practic este subsumat următorului îndemn, *determină starea de spirit pe care dorești să o trăiești*. Anume, suntem îndemnați să ne întrebăm frecvent:

Care este starea de spirit principală pe care dorim să o aducem în acest context social, și care este starea de spirit principală pe care dorim să o obținem din acest context social?

În acest sens, ni se adresează avertismentul de a nu aștepta ca emoțiile să aterizeze pe noi, ci să alegem și să cultivăm în mod conștient acea stare de spirit pe care dorim să o experimentăm în mod constant și să o împărtășim în viață⁸¹.

Totodată, studiile suport ale lucrării noastre de referință susțin că există o legătură de influență reciprocă între claritatea cu privire la cine ești, pe de o parte, și stima de sine, pe de altă parte. Asta înseamnă că dacă știi cine ești vei avea o atitudine mai pozitivă față de tine însuși, decât în situația opusă, motiv pentru care auto-cunoașterea este esențială pentru succesul în orice domeniu⁸².

Pentru al treilea și cel din urmă exercițiu practic dedicat formării obiceiului de a căuta claritate, ni se adresează îndemnul: *defițește ce este Important*. Aceasta întrucât ni se explică faptul că nu tot ceea ce este realizabil este și important, deoarece că nu înfăptuirea este problema, ci consecvența. Uitați-vă la lunile și proiectele ce vă stau înaintea și identificați ce anume de acolo v-ar putea aduce entuziasm, conexiune cu o persoană, și împlinire - apoi petreceți mai mult timp acolo. Totodată, întrebați-vă mereu:

Cum aș putea să fac respectivul efort astfel încât să dobândească o semnificație personală pentru mine?⁸³.

Studiile suport ale literaturii de leadership citate relevă faptul că obiectivele clare (concrete) sunt mult mai probabil a fi realizate decât cele cu caracter ambiguu. Astfel, un obiectiv clar determină o performanță înaltă, întrucât acestea energizează persoana pentru o mai mare plăcere, productivitate, profitabilitate și satisfacție în munca desfășurată⁸⁴. De asemenea, obiectivele cărora li se atribuie un termen și o strategie de realizare, adică un plan, ridică și mai mult șansele de reușită. Un plan clar este la fel de important precum motivația și voința. Acesta ajută de asemenea la înlăturarea distracțiilor și te pune pe cale, chiar dacă te simți leneș ori ești obosit⁸⁵, întrucât, practic, este greu să ignori niște instrucțiuni clare deja existente chiar în fața ta⁸⁶.

⁸⁰ *Idem., op. cit.*, p. 59.

⁸¹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 78-83 (t.n.).

⁸² Campbell, J.D., et al. (1996) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 60. Acest obicei de a căuta claritate ajută oamenii de înaltă performanță să simtă, pe termen lung, că sunt implicați, cresc și că sunt împliniți, *Idem., op. cit.*, p. 59.

⁸³ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 84-87 (t.n.).

⁸⁴ Locke, E.A., & Lathman, G.P. (2002) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 60 (t.n.).

⁸⁵ p. 60 referința 4.

Gollwitzer, P.M., (1990); Gollwitzer, P.M., & Oettingen, G. (2016) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 60 (t.n.).

⁸⁶ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 60 (t.n.).

PERSPECTIVA DIN PATERIC

Bineînțeles că și Sfântul Ioan Scărarul ne vorbește în lucrarea sa de referință, *Scara*, într-un fel specific duhovnicesc despre obiceiul de a căuta claritate în viața noastră. Astfel, Sfântul Ioan ne îndeamnă la *cugetarea și cunoașterea de sine*, atenționând că necunoașterea propriei persoane este o trăsătură asociată patimei mândriei:

(...) *mulți din cei mândri nu se cunosc pe ei* [s.n.] și, socotind că sînt nepătimiși, și-au văzut sărăcia (de virtute) în ceasul ieșirii din viață⁸⁷.

Căci de cunoașterea de sine depinde, ne lămurește Sfântul, întreaga lucrare a virtuților omului:

Cel ce s-a cunoscut pe sine întru toată simțirea sufletului, a semănat pe pămînt bun [s.n.]. Căci în cei ce n-au semănat astfel, nu poate înflori smerita cugetare. *Cel ce s-a cunoscut pe sine, a cunoscut în sine gîndul fricii de Domnul* [s.n.]. Iar cel ce călătorește cu acest gînd, ajunge la poarta iubirii.⁸⁸

Cel ce se cunoaște pe sine, nu se va lăsa amăgit să încerce a urca la cele mai presus de puterile lui. Dar pune piciorul în chip neclintit pe această fericită cărare⁸⁹.

În al doilea rând, și Sfântul Ioan ne adresează un îndemn specific duhovnicesc, acela de *a fi împărați peste inima noastră*, zicându-ne:

Fă-te ca un împărat peste inima ta, șezînd înalt întru smerenie și poruncind rîsului: «Mergi, și merge», și plînsului celui dulce: «Vino, și vine» (Mt. 8, 9); și robului și tiranului nostru trup : «Fă aceasta, și face»⁹⁰.

Acesta ne și arată cum putem ajunge la această stare de a fi precum un împărat peste inima noastră, „*Șezînd înalt întru smerenie*”⁹¹ prin nepomenirea răului, prin nejudicarea aproapelui ajungînd până la neamintirea răului.

Sfântul ne învață:

De voiește cineva să biruiască duhul clevetirii, să nu învinovățească pe cel ce a greșit, ci pe dracul care l-a ispitit. Căci

⁸⁷ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 27 (extras), cuv. XXII, p. 238.

⁸⁸ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 28, Cuv. XXV, p. 255-256. La aceasta adaugă pr. Dumitru Stăniloiaie mai adaugă în nota de subsol nr. 31, Cuv. XXV, p. 256 că „(...) Fără această cunoștință de noi înșine, sîntem mîndri și nu primim harul. Smerita cugetare, deși e din har, mai degrabă ne adîncește cunoștința de noi înșine și aduce în noi adevărata cunoaștere a noastră”.

⁸⁹ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 45 (extras), cuv. XXV, p. 260.

⁹⁰ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 40, cuv. VII, p. 151.

⁹¹ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 40, cuv. VII, p. 151

nimenea nu voiește să păcătuiască față de Dumnezeu, chiar dacă toți păcătuim fără să fim siliți”⁹².

Ascultați la mine, ascultați toți controlorii cei răi ai altora. Dacă e adevărat, precum și este, că : «Cu ce judecată veți judeca, cu aceea veți fi judecați» (Mt. 7, 5), negreșit în cele ce vom cleveti pe aproapele, în acelea vom cădea, fie sufletești, fie trupești. Și altfel nu va fi. Contabilii aspri și amănunți ai greșelilor aproapelui suferă de această patimă, pentru că nu și-au adus nici odată aminte în chip nemincinos și deplin de greșelile lor (...) ⁹³.

Ca în cele de urmă, să ne apropiem de:
Începutul fericitei neamintiri a răului [care] stă în a primi necinstirile cu sufletul amărît și îndurerat; mijlocul, în a rămîne față de ele neîntristat; desăvîrșirea (dacă este vreo desăvîrșire), în a le socoti pe acestea ca laude⁹⁴.

În al treilea rând, de asemenea, și Sfântul Ioan Scărarul ne adresează un îndemn echivalent celui din leadership (definește ce este important), în termeni duhovnicești, acela de a ne lucra *virtutea discernământului*. În acest sens, el lămurește:

Cînd ni se cer deodată două fapte bune, trebuie să alegem pe cea mai de trebuință. De pildă: de multe ori stînd noi la rugăciune, vin la noi niște frați. Trebuie să alegem una din două: sau să părăsim rugăciunea, sau să întristăm pe fratele lăsîndu-l să plece fără răspuns. Iubirea e mai mare decît rugăciunea. Rugăciunea a fost socotită totdeauna ca o virtute parțială; iubirea e cuprinzătoarea tuturor⁹⁵.

Și încă:

Dacă este un *timp potrivit pentru tot lucrul de sub cer* [s.n.], cum zice Ecleziastul (Ecl. 3, 1), dar între toate lucrurile sînt și lucrurile sfințite ale viețuirii noastre, *să avem grijă ca să căutăm în fiecare timp cele potrivite aceluia timp* [s.n.] (...) ⁹⁶.

⁹² *Idem.*, *op. cit.*, pct. 5, Cuv. X, p. 172

⁹³ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 10 și 11 (extras), Cuv. X, p. 172-173.

⁹⁴ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 24, cuv. VIII, p. 165.

⁹⁵ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 43 (extras), Cuv. XXVI, p. 278.

⁹⁶ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 59 (extras), cuv. XXVI, p. 282.

CAPITOLUL 3 - OBICEIUL 3: GENEREAZĂ ENERGIE

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP

Primul exercițiu practic este intitulat *eliberează tensiunea, stabilește intențiunea*. Pentru a face asta suntem îndemnați să folosim tranziții între activități pentru a ne împrosăta energia. Suntem îndemnați la închiderea ochilor, practicând respirații profunde, și eliberarea tensiunii din corp și a gândurilor din minte, activitate pe care să o repetăm cel puțin o dată la fiecare oră. În continuare, odată ce am simțit că ne-am eliberat de presiune, să stabilim o intenție clară pentru următoarea noastră activitate, abia apoi să deschidem ochii, și să ne apucăm de lucru cu o concentrare intensă a atenției noastre⁹⁷.

Avertismentul primit de la autorul nostru, Brendon Burchard, este acela că oamenii pierd zilnic foarte multă concentrare, voință și energie emoțională, deoarece nu au grijă de tranzițiile lor de la o activitate la alta⁹⁸, în sensul că încep o activitate fără să fi pus punct la cea care lucrau anterior⁹⁹. Așa se întâmplă, spre exemplu, că oamenii ajung acasă în familie tensionați și supărați de la locul de muncă.

Cel de-al doilea exercițiu practic este acela de pune în practică îndemnul *adu bucuria*. Asta înseamnă, ni se spune, să ne asumăm responsabilitatea pentru energia pe care o aducem în ziua noastră, precum și în orice context social din viață. Să ne concentrăm în special să găsim bucurie în activitățile noastre curente. Să anticipăm rezultatul pozitiv al acțiunilor noastre, adresându-ne întrebări care să genereze emoții pozitive, să ne setăm ancore¹⁰⁰ care să ne aducă aminte să fim pozitivi și recunoscători, totodată să apreciem lucrurile simple și oamenii din jurul nostru.

Studiile de referință ale acestei surse bibliografice arată că oamenii care trăiesc emoții pozitive au căsătorii mai împlinite, au mai mulți bani și o stare de sănătate mai bună¹⁰¹. Când emoțiile pozitive sunt implicate, studenții obțin note mai

⁹⁷ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 98-101 (t.n.).

⁹⁸ *Idem.*, *op. cit.*, p. 98 (t.n.).

⁹⁹ Autorul ne sugerează câteva întrebări pentru a ne putea evalua tranzițiile de la o activitate la alta, prin câteva întrebări: Se întâmplă să porți energia negativă dintr-o activitate în alta? Se întâmplă să te simți stors de energie și cu toate asta să intri în următoarea ta activitate fără a face o pauză, cu toate că știi că ți-ar prinde bine una? Se întâmplă să pierzi starea de prezență/ atenție și apreciere în/ față de viață și de persoanele din jurul tău, pe măsură ce înaintezi în ziua ta de lucru? Din păcate - la figurat dar și la propriu, credem noi -, foarte multe persoane răspund pozitiv la aceste întrebări. *Idem.*, *op. cit.*, p. 99 (t.n.).

¹⁰⁰ Adică anumite activități simple cărora am putea să le dăm un caracter de rutină și de care să legăm mental numite emoții, idei, stări etc. Autorul sugerează planificarea unor alarme pe telefonul mobil intitulate „adu bucuria”; sau ancore pentru trecerea pragului unei case, ancoră pentru a-și actualiza și repeta în minte o stare emoțională dorită prin cuvintele: „Voi găsi binele din această încăpere. Intru în acest spațiu ca un om fericit pregătit să slujesc”. Spune autoru că această practică îl ajută să devin prezent, să caut binele în cei din jur, și să-și pregătească mintea să-i ajut. O altă ancoră a autorului este când stă la o coadă, ori când face cunoștință cu o persoană nouă, ori ancore împotriva stresului. Ancoră pentru soție: când îl strigă soția pe nume, își spune sieși: „Te afli pe planeta asta pentru această femeie. Oferă-i bucurie vieții ei” etc. Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 109-111 (t.n.).

¹⁰¹ Lyubomirsky, S., et al. (2005) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

bune la examene¹⁰², managerii iau decizii mai bune și sunt mai eficienți cu echipa lor¹⁰³, doctorii pun diagnostice mai bune¹⁰⁴, și oamenii în general sunt mai cumsecade și dornici să ajute pe alții¹⁰⁵. Chiar și neuroștiința a arătat că emoțiile pozitive pot determina creșterea unor celule noi – prin fenomenul denumit neuroplasticitate¹⁰⁶ -, iar emoțiile negative cauzează degradarea, descompunerea acestora¹⁰⁷. De asemenea, studiile au arătat că nu există nicio altă modalitate mai bună de a crește fericirea, împlinirea personală decât începerea unei „practici a recunoștinței”¹⁰⁸.

În acest scop, ne este adresat îndemnul ca în fiecare dimineață să ne punem următoarele întrebări: Despre ce anume aș putea să fiu entuziasmat astăzi? Ce sau cine ar putea astăzi să-mi inducă o stare de stres, și cum aș putea să răspund într-o manieră pozitivă, la cel mai înalt standard personal? Pe cine aș putea să surprind astăzi cu un „mulțumesc”, un cadou, sau un moment de recunoștință? Iar la fiecare sfârșit de zi suntem îndemnați să ne scriem într-un jurnal trei lucruri care ni s-au întâmplat în ziua respectivă și pentru care suntem recunoscători și să le retrăim. La fel o dată pe săptămână¹⁰⁹.

Cel de-al treilea și ultimul exercițiu practic propus de autorul de referință din literatura de leadership pentru acest obicei este *să ne optimizăm sănătatea*. Ni se explică faptul că acolo unde cerințele vieții noastre implică necesitatea să învățăm repede, să facem față stresului, să fim în alertă, să fim atenți, să ținem minte lucrurile importante, și să ne păstrăm o stare de spirit pozitivă, atunci trebuie să luăm mult mai în serios somnul, exercițiile fizice și nutriția. Suntem îndemnați să ne preocupăm de aceste aspecte împreună cu medicul nostru ori cu alți profesioniști pentru a ne optimiza propria sănătate. Ni se spune concludiv:

Și tu deja știi care sunt acele lucruri pe care ar trebui să le faci.
Fă-le!¹¹⁰.

Studiile statistice desfășurate chiar de către autorul nostru de referință relevă că oamenii de înaltă performanță - în procent de 5% dintre oamenii din orice domeniu de activitate - este cu 40% mult mai probabil ca aceștia să facă activitate sportivă de cel puțin 3 ori pe săptămână, comparativ cu ceilalți 95%¹¹¹. Alte studii arată că doar 6 săptămâni de sport constant au ca efect mărire producției de dopamină și receptivitatea în creier, care ridică starea de bine și performanța mentală, mărește

¹⁰² Bryan, T., & Bryan, J. (1991) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

¹⁰³ Sy, T., et al. (2005); Staw, B.M., & Barsade, S.G. (1993) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

¹⁰⁴ Isen, A.M., et al. (1991) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

¹⁰⁵ Isen, A.M., & Levin, P.F. (1972) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

¹⁰⁶ În același sens a se vedea pe larg și la Mihai-Sorin MIHALACHE, *Ești ceea ce trăiești. câteva date ecente din neuroștiințe și experiențele duhovnicești ale Filocaliei*, Editura Trinitas, București, 2017.

¹⁰⁷ Davidson, R.J., et al. (2000) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 104 (t.n.).

¹⁰⁸ Seligman, M.E., et al. (2005) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 112 (t.n.).

¹⁰⁹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 107 (t.n.).

¹¹⁰ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 114 – 123 (t.n.).

¹¹¹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 118 (t.n.).

producția de norepinefrină - substanță care ajută la diminuarea erorilor în sarcinile mentale solicitante¹¹². De asemenea, sportul scade statistic probabilitatea ca o persoană să fie supusă depresiilor¹¹³ și mărește producția de serotonină - substanță care îmbunătățește somnul¹¹⁴.

Alte studii care abordează aspectul nutriției arată că mâncatul mult este precum o dependență și poate fi rezultatul modului în care creierul unor persoane operează dar și rezultatul unor decizii de proastă calitate - anume alegerea unor recompense pe termen scurt, în detrimentul sănătății pe termen mediu și lung¹¹⁵. În acest sens, primim un avertisment din partea specialiștilor de a fi atenți atunci când mâncăm să mâncăm pentru a ne hrăni, și nu pentru a ne satisface personal pentru că suntem într-o stare de spirit proastă¹¹⁶.

PERSPECTIVA DIN PATERIC

Să ne mai fie de mirare, oare, că urmare a celor spuse de Sfântul Ioan Scărarul despre ascultare¹¹⁷, putem înțelege de la acesta că, în cele din urmă, rodul ascultării este vigoarea, entuziasmul și puterea sufletului? Acesta deoarece, ne explică Sfântul:

*Bărbatul ascultător nu cunoaște lincezeala sufletului [s.n.]. Căci prin cele ale simțurilor înfăptuiește cele ale gândirii.*¹¹⁸

Cînd cugetul nostru muritor va fi copleșit și stăpînit de rîvna din noi, le vom lucra pe acestea cu toată bucuria, sîrguința, dorința și văpaia dumnezeiască¹¹⁹.

Sfântul Ioan ne vorbește, nu despre (in)tențiune precum Brendon, ci despre *virtutea trezviei*¹²⁰. Acesta ne spune că „În toate avem nevoie de multă trezvie”¹²¹ și ne îndeamnă cu cuvintele:

¹¹² Foley, T.E. & Fleshner, M. (2008); Ratey, J.J. & Hagerman, E. (2008) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 118 (t.n.).

¹¹³ Deoarece că le mărește nivelul de dopamină din creier. A se vedea Ratey, J.J., & Hagerman, E. (2008); Penninx, B.W., et al. (2002); Chen, C., et al. (2016) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 119 (t.n.).

¹¹⁴ Jacobs, B.L. (1994); Jacobs, B. L., % Azmitia, E.C. (1992); Ratey, J.J., & Hagerman, E. (2008), *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 119 (t.n.).

¹¹⁵ Davis, C., et al. (2004) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 119 (t.n.).

¹¹⁶ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 119 – 120 (t.n.).

¹¹⁷ A se vedea Ioan Scărarul, *op. cit.*, cuv. IV, pct. 3 (extras), p. 75.

¹¹⁸ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 2, cuv. XIII, p. 179. Nu este de mirare că, în afară de mănăstire, mai găsim ascultarea ca metodă de lucru și în armată ori în sportul de performanță, aceasta deoarece „oriunde este nevoie de voință puternică se practică ascultarea” în Savatie BAȘTOVOI, *Antiparenting. Sensul pierdut al paternității*, editura Cathisma, București, 2017, p. 191.

¹¹⁹ Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 28, Cuv. I, p. 55-56.

¹²⁰ Uneori, însă, în lucrarea de referință a Sfântului Ioan mai găsim și un limbaj mai modern care vorbește despre „intenție” în loc de trezvie, a se vedea *Idem.*, pct. 58, cuv. XXVI, p. 282: „Oricărei lucrări duhovnicești văzute și gândite îi premerge o intenție potrivită [s.n.] și o dorință prea bună care se nasc în noi cu împreună-lucrarea lui Dumnezeu. Căci dacă nu premerge cele dintîi, a doua nu obișnuiește să urmeze”.

¹²¹ *Idem.*, pct. 12, Cuv. I, p. 63.

Adună-ți mintea [s.n.], nu iubi să fii văzut; fii ieșit spre inima ta¹²². Căci *dracii se tem de adunarea minții* [s.n.], cum se tem hoții de câini¹²³.

În acest sens, putem înțelege de la Sfântul Ioan că lipsa trezviei în lucrarea duhovnicească - sau chiar în orice altă lucrare lumească - este un semn ce arată dinainte viitoarea ratare a acesteia, prin cuvintele sale:

Cu adevărat urît lucru și primejdios este a se moleși un luptător de la începutul luptei, dând tuturor dovada despre înjunghierea lui¹²⁴.

În al doilea rând, Sfântul Ioan ne împărtășește un îndemn duhovnicesc despre bucurie, acela de a căuta *fericita tristețe bucuroasă*, ca fiind o condiție a întâlnirii cu Hristos. Potrivit acestuia:

De ai ajuns la fericita tristețe bucuroasă a străpungerii cuvioase, ține-o; și nu te vei odihni de lucrarea din ea, pînă ce nu te vei ridica din cele de aici și nu te vei înfățișa curat lui Hristos¹²⁵.

Evident, pentru omul contemporan pare absurd, căci ce legătura are tristețea cu bucuria? Tot Sfântul ne și lămurește:

Cel ce călătorește în *plînsul neîncetat după Dumnezeu* [s.n.] nu încetează a prăznui în fiecare zi. Dar cel ce e într-o neîncetată sărbătoare cu trupul va fi luat în primire de plînsul veșnic.¹²⁶

Alta este *smerenia mîhnită a celor ce plîng* [s.n.] și alta, musturarea conștiinței vecină cu deznădejdea a celor ce păcătuiesc încă (...) ¹²⁷.

Acest plâns duhovnicesc este de mare preț pentru creștini, motiv pentru care ni se mai spune:

Cînd ai ajuns la plîns, ține-l cu toată tăria [s.n.]. Căci înainte de a se îmbiba în tine, ușor ți se răpește. Și e topit ca ceara de tulburări, de griji trupești, de plăceri și mai ales de multa vorbărie și de glume ușuratece.¹²⁸

¹²² Părintele Dumitru Stăniloiaie lămurește această „ieșire spre inimă” ca însemnând să „Fii aplecat (sau fii în extaz) spre inima ta, uitînd de toate și privind numai spre ea, de e întinată, sau curată, de nu mai ai în ea urmă de păcate, pentru care trebuie să-ți ceri iertare, sau de poți vedea prin curăția ei transparentă pe Dumnezeu. Dracii se tem de mintea adunată în inimă, pentru că prin inimă vedem atunci pe Dumnezeu și trăim legătura cu El, de care inima e lipită atît de tare că nu mai poate fi furată de ei”, în *Idem., op. cit.*, pct. 17, Cuv. VII, p. 147, nota de subsol nr. 336.

¹²³ *Idem., op. cit.*, pct. 17, Cuv. VII, p. 147.

¹²⁴ *Idem., op. cit.*, pct. 20, Cuv. I, p. 54.

¹²⁵ *Idem., op. cit.*, pct. 11, Cuv. VII, p. 145.

¹²⁶ *Idem., op. cit.*, pct. 38, Cuv. VII, p. 151.

¹²⁷ *Idem., op. cit.*, pct. 9 (extras), Cuv. V, p. 132.

¹²⁸ *Idem., op. cit.*, pct. 7, Cuv. VII, p. 144.

Cel ce a îmbrăcat *plînsul fericit și plin de har* [s.n.] ca pe o haină de nuntă, a cunoscut rîsul duhovnicesc al sufletului (...) ¹²⁹.

În special, ne mai lămurește Sfântul Ioan oferindu-ne un avertisment, acela că această tristețe bucurătoare nu este cea care duce la patima întristării, chiar din contră. Înțelegem aceasta din îndemnul Sfântului în care ne zice:

Să luptăm înainte de toate cu dracul întristării. Căci acesta, venind lîngă noi în vremea rugăciunii și aducîndu-ne aminte de îndrăznirea noastră de mai înainte, voiește să ne oprim din rugăciune. ¹³⁰

Să nu te tulburi de cazii în fiecare zi. ¹³¹

Nu e nimic deopotrivă cu îndurarea lui Dumnezeu, sau mai mare ca ea. De aceea cel ce deznădăjduiește s-a înjunghiat pe sine ¹³².

Și da, chiar și Sfântul Ioan Scărarul îndemna creștinii și monahii să folosească metoda „ancorei” - pe care și Brendon ne-a prezentat-o anterior, practică care bineînțeles este conceptualizată diferit în conținutul *Scării* -, precum și practicarea recunoștinței. Aflăm acest lucru dintr-o relatare a Sfântului despre cum a biruit un creștin ispitele cu care era încercat:

Nelegiuții draci i-au semănat lauda în inimă unuia ce se nevoia să ajungă la fericita smerenie. Iar acesta s-a gîndit, din insuflare dumnezeiască, să biruiască viclenia duhurilor printr-o meșteșugire evlavioasă. Și anume, sculîndu-se, a scris pe peretele chiliei *numirile celor mai înalte virtuți* [s.n.], adică a iubirii desăvîșite, a smeritei cugetări îngerești, a rugăciunii curate, a curăției nestricate și a celor asemenea. Deci, *cînd veneau gîndurile să-l laude, el spunea : «Să mergem la muștrare !»* [s.n.] Și venind în chilie citea numirile și striga către sine: «Chiar cînd vei cîștiga acestea, să știi că ești încă departe de Dumnezeu» ¹³³

Iar referitor la recunoștință, Sfântul Ioan Scărarul ne îndeamnă ca orice rugăciune astfel să o începem:

¹²⁹ *Idem., op. cit.*, pct. 41 (extras), Cuv. VII, p. 152. Mai multe despre plîns aflăm de la Sfântul Ioan în *Idem., op. cit.*, pct. 2-4, Cuv. VII, p. 143 unde spune că „*Plînsul este un ac de aur al sufletului scăpat de orice țintuire și alipire și înfipt de tristețea cuvioasă în lucrarea de cercetare a inimii. Străpungerea este un chin neîncetat al conștiinței, care pricinuieste împospătarea focului inimii, prin mărturisirea făcută în minte. Mărturisirea (în minte) este uitarea firii, cînd din pricina ei cineva a uitat să mănînce pîinea lui*”.

¹³⁰ *Idem., op. cit.*, pct. 11, Cuv. V, p. 132.

¹³¹ *Idem., op. cit.*, pct. 12 (extras), Cuv. V, p. 133.

¹³² *Idem., op. cit.*, pct. 23, Cuv. V, p. 134.

¹³³ *Idem., op. cit.*, pct. 23, Cuv. XXV, p. 254.

Înainte de toate să punem pe hîrtia rugăciunii noastre o mulțumire sinceră (...)¹³⁴.

În al treilea rând, când Sfântul Ioan Scărarul ne învață că *mintea positorului se roagă cu trezvie*, este un fel de a spune „optimizează-ți sănătatea, căci vei avea mintea mai limpede, vei gândi mai bine, vei avea mai multă energie și claritate”. Da, Sfântul Ioan ne arată că era preocupat chiar și de sănătatea trupului creștinului, monahului. Putem înțelege aceasta, indirect, atunci când, vorbind despre hulă, când Sfântul afirmă:

Nu hulește nelegiuitul numai pe Dumnezeu și cele dumnezeiești, ci rostește în noi și unele cuvinte prea urâte și necuviincioase, ca fie să părăsim rugăciunea, fie să deznădăjduim de noi înșine. Și așa pe mulți i-a întrerupt de la rugăciune și pe mulți i-a depărtat de la Taine. Trupurile unora le-a topit prin întristare. Pe alții i-a istovit prin posturi acest rău și neomenos tiran și nu le-a dat nici o clipă de odihnă (...)¹³⁵.

Când vorbește despre trup, Sfântul Ioan ne vorbește în principal despre post și înfrânare:

Postul este o silire a firii și o tăiere împrejur a dulceții gîtlejului, curmarea aprinderii, alungarea gîndurilor rele și eliberarea de visări, curăția rugăciunii, luminătorul sufletului, paza minții, înmuiere a învîrtoșării, ușa străpungerii inimii, suspinul smerit, zdrobirea veselă, încetarea multei vorbiri, începutul liniștirii, străjerul ascultării, ușurarea somnului, sănătatea trupului, pricinuitoarea nepătimirii, iertarea păcatelor, ușa și desfătarea raiului¹³⁶.

Din această prinică suntem îndemnați:

Să-ți fie întinderea în pat chip al zăcerii tale în mormînt și vei dormi mai puțin. Desfătarea de la masă să-ți aducă aminte că vei fi hrană dureroasei desfătări a viermilor și te vei desfăta mai puțin. Nici cînd te împărtășești de băutura apei, să nu uiți de setea din văpaia aceea (veșnică) și negreșit vei sili firea (la cumpătare) (...)¹³⁷.

¹³⁴ *Idem.*, op. cit., pct. 6 (extras), cuv. XXVIII, p. 333.

¹³⁵ *Idem.*, op. cit., pct. 7 (extras), Cuv. XXIII, p. 240-241.

¹³⁶ *Idem.*, op. cit., pct. 30, Cuv. XIV, p. 186.

¹³⁷ *Idem.*, op. cit., pct. 20 (extras), Cuv. VII, p. 147-148. Despre somn Sfântul Ioan mai afirmă că „este în oarecare fel o stare a firii, un chip al morții, o oprire a simțurilor. Somnul e unul, dar ca și pofta, are multe pricini și feluri. E din fire, din mîncări, de la draci, sau poate și dintr-o postire prelungită și dusă pînă la capăt, de care trupul, slăbind, voiește să se întărească prin somn”, a se vedea în *Idem.*, op. cit., pct. 2, Cuv. XVIII, p. 217-218.

Celui ce a citit acestea cu toată luarea aminte nu i-a rămas neînțeles cuvântul că *lăcomia pîntecelui este maica tuturor relelor* [s.n.]. Căci se spune că în nașterea ei vicleană și blestemată de prunci, a doua fiică este piatra nesimțirii (...) ¹³⁸.

CAPITOLUL 4 - OBICEIUL 4: CREȘTE *PRODUCTIVITATEA*

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP - prima parte

Primul exercițiu practic recomandat în literatura de leadership de referință este reprezentat de îndemnul *mărește rezultatele care contează*. Iar asta să o facem determinând rezultatele care contează cel mai mult în determinarea succesului, diferențierii și contribuției noastre pe care o aducem în domeniul de activitate al fiecăruia. Ni se mai spune să ne concentrăm pe aceste rezultate, să spunem nu la aproape orice altceva, să devenim prolifici în obținerea acelor rezultate cu standarde înalte de calitate și – foarte important – să ținem minte că lucrul cel mai important este *să păstrăm importantul important* ¹³⁹.

De asemenea, ni se adresează și un avertisment referitor la amenințările rezultatelor noastre, amenințări reprezentate de procrastinare ¹⁴⁰ și perfecționism. Studiile au arătat că procrastinarea este, în fapt, o parte din psihicul uman și că este, în principal, manifestarea unei probleme de motivație dar și, într-o măsură mult mai mică, o problemă ce ține de un management prost al timpului ¹⁴¹. În concret, persoanei umane îi este mai la îndemână să se plângă de „ce grea” este sarcina ce o are de îndeplinit, fiind apăsată psihic de respectiva sarcină, când de fapt, în realitate, când în cele din urmă aceasta execută sarcina mult amânată, descoperă că nu era chiar atât de grea și nu i-a luat nici atât de mult timp pe cât se aștepta. Pe de altă parte, despre perfecționism ni se spune că este doar o „scuză” pentru a ne construi o imagine de persoană „respectabilă”, căci oamenii nu termină, nu pentru că sunt cu adevărat perfecționiști, ci pentru că nici măcar nu încep, ori nu se desprind de îndoială ori de diverse distrageri ori distracții ¹⁴².

Pentru al doilea exercițiu practic suntem sfătuiți să *ne plănuim următorii cinci pași*. În acest sens, ni se adresează îndemnul de a ne întreba „Dacă pentru înfăptuirea respectivului obiectiv ar fi doar cinci pași mari, care ar fi aceia?”. Ni se adresează îndemnul să ne raportăm la fiecare pas mare ca și la un mare coș de activități, precum la un proiect. Să sparge proiectele în rezultate preconizate, termene limită și activități. Odată ce ne-am lămurit asupra acestor lucruri, să le așezăm în calendarul personal și să ne planificăm cea mai mare parte a timpului tău pentru a lucra la realizarea acestora ¹⁴³.

¹³⁸ *Idem., op. cit.*, pct. 24 (extras), Cuv. XVI, p. 214.

¹³⁹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 189-192 (t.n.).

¹⁴⁰ Cunoscută poate mai bine sub denumirea de amânare.

¹⁴¹ Senecal, C., et al. (1995) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 193 (t.n.).

¹⁴² Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 193 (t.n.).

¹⁴³ *Idem., op. cit.*, pp. 194-203 (t.n.).

Pentru cel de-al treilea exercițiu practic aferent acestui obicei de a crește productivitatea, ni se adresează îndemnul *devino demențial de priceput cu competențele cheie*. Determină care sunt cele cinci mari competențe¹⁴⁴ pe care ai nevoie să le dezvolți pentru a crește, pentru a ajunge să fi, în cursul următorilor trei ani, persoana care tu dorești să devii. Pornește, apoi, în dezvoltarea acestor competențe cu o concentrare obsesivă, urmând „cei zece pași ai stăpânirii progresive”¹⁴⁵. Ni se mai spune și că nu este lucru mai important, decât să transformi această dezvoltarea a competențelor cheie pentru viitorul tău succes, într-o activitate permanentă¹⁴⁶.

Referitor la aceasta, Brendon Burchard ne spune, totodată, că orice competență se poate antrena. Aceasta deoarece, spune el, indiferent de ce competență dorim să învățăm, cu destul antrenament, practică și intenționalitate, putem să o dobândim, și chiar la un nivel înalt. Dacă nu credem asta, acesta ne avertizează că drumul nostru către performanța înaltă se încheie aici¹⁴⁷. Acest principiu, spune autorul, este susținut de cercetările științifice care arată că o persoană își poate îmbunătăți orice practica a sa dacă aceasta își asumă și păstrează un anumit tip de gândire specifică de creștere (credița că se poate îmbunătăți prin efort), dacă se concentrează pe obiective cu pasiune și perseverență, și dacă practică la un nivel de excelență¹⁴⁸.

La toate aceste trei practici, autorul nostru de referință mai adaugă câteva observații bazate pe anumite studii de specialitate. Ne spune că oamenii de înaltă performanță nu muncesc mai mult decât alții, ci aceștia doar sunt mult mai eficienți în lucrarea lor, iar activitatea lor le este împărțită în mai multe sesiuni de lucru¹⁴⁹. Asta înseamnă, în concret, că aceștia fac mai multe pauze (reale – folosirea tehnologiei, mesaje, e-mail-uri etc. nu e considerată pauză) decât alții. Creierul unei

¹⁴⁴ Competențe generale (comunicarea, rezolvarea problemelor, managementul proiectelor, lucrul în echipă etc.), specifice (codare, producția video, evaluarea bugetară etc.), individuale (auto-controlul, inteligența emoțională etc.). Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 205-206 (t.n.).

¹⁴⁵ Acești zece pași pentru stăpânirea progresivă a unei competențe sunt următorii: (i) identifică abilitatea pe care dorești să o dobândești; (ii) stabilește obiective concrete și pe termen lung care să te ajute să dezvolți acea competență; (iii) atribuie un nivel ridicat de emoție și sens călătoriei tale și rezultatelor finale; (iv) identifică factorii esențiali pentru succes, și dezvoltă-ți abilitățile (ceea ce ai învățat) în acele zone (identifică și slăbiciunile tale cu aceeași atenție); (v) vizualizează-ți o imagine clară a ce înseamnă atât succesul cât și ratarea pentru tine; (vi) planifică-ți practici provocatoare dezvoltate de alții sau chiar de tine; (vii) măsoară-ți progresul și obține feedback extern; (viii) socializează ce ai învățat și eforturile tale practicând ori intrând în competiție cu alții; (ix) Continuă să-ți stabilești obiective tot mai înalte astfel încât să continui să te dezvolți; (x) învață și pe alții ceea ce tu ești în curs de învățare. A se vedea Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 208 (t.n.).

¹⁴⁶ *Ibidem*.

¹⁴⁷ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 206 (t.n.).

¹⁴⁸ Angela DUCKWORTH, *The power of passion and perseverance*, USA, Scribner, 2016, Carol S. DWECK, „Can Personality Be Changed? The Role of Beliefs in Personality and Change”, în *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 17, nr. 6, pp. 391-394, December 1, 2008 *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 206 (t.n.).

¹⁴⁹ K. A. ERICSSON, R. T. KRAMPE, C. TESCH-Römer, „The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance”, *Psychological Review*, vol. 100(3), 1993, pp. 363–406 *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 186 (t.n.).

persoane are nevoie de timp de odihnă, concretizat în pauze, nu doar după cele 8 ore de lucru pe zi, ci chiar și în timpul programului de lucru. În acest sens, cercetările arată că aceste mici pauze de odihnă ajută creierul să proceseze și să asimileze mai bine informațiile, să se refacă și să interacționeze cu mediul înconjurător de manieră mai productivă¹⁵⁰. De asemenea, obișnuința de a lua pauze asigură emoții pozitive și o mai mare productivitate. Prin urmare, dacă lucrăm fără pauză toată ziua creștem riscul de nefericire și lipsa de productivitate¹⁵¹.

PERSPECTIVA DIN PATERIC

Oare pentru Sfântul Ioan Scărarul productivitatea nu este importantă? Ba da, însă el vede drept productivitate „rodul sufletului”, lucrarea cugetată a virtuților și deplinătatea credinței. În primul rând, înțelegem de la Sfântul Ioan îndemnul de a urmări să obținem *rodul sufletului*. Astfel, acesta ne adresează îndemnul:

... să alergăm cu râvnă, ca nu cumva avînd viața scurtă, să ne aflăm în ziua morții fără rod și să murim de foame. Să ne facem plăcuți Domnului, ca ostașii împăratului. Căci după intrarea în oaste, ni se cere să ne facem slujba cu cea mai mare luare aminte¹⁵² și ne mai avertizează că „Nu întunericul și pustietatea locurilor îi întărește pe draci împotriva noastră, ci *lipsa de rod a sufletului* [s.n.]¹⁵³.

Iar mândria o vede ca fiind semnul nerodniciei omului¹⁵⁴. Și de la Sfântul Ioan primim atenționări pentru pericolele care ne pândesc și ne împiedică să obținem rodul sufletului - amânarea, nestatornicia, distracțiile și lipsa de concentrare -. Înțelegem acestea chiar din cuvintele lui potrivit căror:

... călugărul să cunoască care sînt, dintre lucrurile care ne privesc, cele ce trebuie să se facă mai presus de toate și fără de nici o amîinare, potrivit celui ce a spus : «Vai celui ce amîină zi după zi și timp după timp» (Înț. Sir. 9, 8)¹⁵⁵

¹⁵⁰ Fuligni, A.J. (2001), Cunningham, G.B. (2006) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 184 (t.n.).

¹⁵¹ Alte studii la care Brendon face trimitere sunt unul care afirmă că pauza de masă zilnică de la serviciu poate să mărească semnificativ performanța la locul de muncă p Leroy, S. (2009), *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 184 (t.n.); o pauză constând într-o plimbare în aer curat de doar câteva minute poate oferi beneficii cognitive de manieră că te întorci la lucru mai relaxat și cu o putere de concentrare mai mare Csikszentmihalyi, M. & Rathunde, K. (1993) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 184 (t.n.); chiar dacă stai la birou toată ziua, doar dacă te ridici în mod intermitent și consecvent poți îmbunătăți cu 45% productivitatea Botelho, E.L., et al. (2017) *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 184 (t.n.).

¹⁵² Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 25, cuv. I, p. 55.

¹⁵³ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 9, Cuv. XX, p. 224. În continuare textul mai spune că „*dar uneori și pedepsirea noastră din iconomie*”.

¹⁵⁴ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 1 (extras), Cuv. XXII, p. 233. În continuare textul mai spune că „*Mîndria este tîgăduirea lui Dumnezeu, născocirea dracilor, disprețuirea oamenilor, maica osîndirii, nepoată a laudelor, semnul nerodniciei (...)*”.

¹⁵⁵ *Idem.*, *op. cit.* 1, Partea a II-a, Cuv. XXVI, p. 288, „despre dreapta socoteală bine deosebitoare”.

Înstrăinându-te, păzește-te de dracul nestatorniciei și iubirii de plăceri. Căci înstrăinarea îi dă prilej de lucru¹⁵⁶.

Călugărul adevărat este cel ce are ochiul neîmprăștiat al sufletului și simțirea nemișcată a trupului (...) ¹⁵⁷.

În al doilea rând, Sfântul Ioan ne spune și el că avem nevoie de un plan pentru a ne lucra virtuțile, plan oferit chiar de el în cuprinsul *Scării*, care are *30 de trepte, unde fiecare virtute și patimă este înfățișată în trei mișcări (de început, mediu și avansat)*. Nu ne va fi deloc cu mirare acest număr mare de drepte către desăvârșire având în vedere îndemnul și atenționările sale scrise în *Scară* referitoare la necesitatea unei „strategii duhovnicești” pe care creștinul și monahul să o urmeze în calea sa către desăvârșire. Sfântul Ioan, pe de o parte, ne lămurește:

Cei ce s-au hotărât să slujească cu sinceritate lui Hristos vor căuta și vor face înainte de toate aceasta: să-și aleagă, prin părinți duhovnicești și prin conștiința lor, locurile, chipurile (de virtute) și îndeletnicirile potrivite cu ei înșiși¹⁵⁸.

Pe de altă parte, folosește comparații foarte sugestive în acest sens:

Robul stomacului face planuri cu ce mîncări va ține praznicul, pe cînd robul lui Dumnezeu, cu ce daruri duhovnicești se va îmbogăți¹⁵⁹.

În cele din urmă, vorbind despre dobândirea smereniei, Sfântul Ioan afirmă:

Cel ce se grăbește spre acest liman neînvințat (spre smerenie), nu va înceta să împlinească, să cugete și să născocască tot felul de planuri, de cuvinte, de gînduri, de meșteșugiri, de căutări, de căi, de chipuri de purtări, de iscodiri, de cereri și de rugăciuni, pînă ce, cu ajutorul lui Dumnezeu, și prin purtări tot mai smerite și mai ocărite, va scăpa vasul sufletului său de marea pururea bîntuită de furtună a închipuirii de sine. Căci cel ce s-a izbăvit de aceasta, s-a făcut un vameș în stare să afle răspuns bun pentru toate păcatele¹⁶⁰.

În al treilea rând, Sfântul Ioan ne liniștește și odihnește asigurându-ne că prin *virtutea credinței – incredințarea împlinirii oricărei cereri* – vom putea să dobândim mult doritul rod al sufletului. Aceasta putem înțelege din cuvintele sale potrivit căror:

¹⁵⁶ *Idem., op. cit.* 6, Cuv. III, p. 67.

¹⁵⁷ *Idem., op. cit.* 22 (extras), cuv. XXII, p. 237.

¹⁵⁸ *Idem., op. cit.*, pct. 45 (extras), p. 59 cuv. I.

¹⁵⁹ *Idem., op. cit.*, pct. 4 (extras), cuv. XIV, p. 181-182.

¹⁶⁰ *Idem., op. cit.*, pct. 33, Cuv. XXV, p. 257.

Credința înaripează rugăciunea. Căci fără ea nu se poate zbura la cer. Cei împătimiți să cerem cu stăruință pe Domnul. Căci toți cei neîmpătimiți au înaintat la nepătimire din împătımire.¹⁶¹

Încredințarea împlinirii oricărei cereri [care] se ivește chiar în rugăciune. Iar încredințarea este izbăvirea de îndoială. Încredințarea este vădirea neclintită a ceea ce nu este vădit¹⁶².

CAPITOLUL 5 - OBICEIUL 5: DĂ DOVADĂ DE CURAJ

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP

Primul exercițiu practic oferit în scopul dobândirii obiceiului referitor la curaj este practicarea îndemnelui *cinstește lupta*. Aceasta înseamnă ca atunci când ai oportunitatea de a învăța și de a sluji, să nu te plângi, să nu te văicărești cu privire la efortul necesar. Privește respectiva lupta ca fiind o parte necesară, importantă și pozitivă a călătoriei, astfel încât să-ți găsești pacea adevărată și puterea personală. Nu te văicări pentru greutățile inevitabile aferente auto-dezvoltării și urmării viselor tale. Exprimă respect profund în fața provocărilor și cinstește-le¹⁶³. În cuvintele autorului nostru de referință:

Oamenii uită că, totuși, pentru a atinge excelența este necesară muncă asiduă, disciplină, o anumită rutină care poate deveni plictisitoare, este necesar să trăiești cu frustrarea continuă ce însoțește procesul de învățare, cu adversitățile care ne provoacă în toată fibra inimii și a sufletului, și, peste toate, este necesar curajul¹⁶⁴.

Cercetările pe care Brendon Burchard își fundamentează științific lucrarea sa, confirmă că oamenii care au credința că se pot îmbunătăți și au practica de a-și asuma problemele, iubesc provocările și se confruntă cu dificultățile lor mai degrabă decât să fugă de ele. Ei nu se tem de eșec la fel de mult precum se tem ceilalți, deoarece au conștiința că pot învăța și, prin muncă asiduă și antrenament, pot deveni mai buni. Acest fapt îi face și mai motivați și mai perseverenți în acțiunile lor, mai rezistenți, mai de succes pe termen lung, iar asta în toate domeniile vieții lor¹⁶⁵. În concluzie,

¹⁶¹ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 28-29, Cuv. XXVIII, p. 336.

¹⁶² *Idem.*, *op. cit.*, pct. 44, cuv. XXVIII, p. 339.

¹⁶³ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 268 (t.n.).

¹⁶⁴ *Idem.*, *op. cit.*, p. 269 (t.n.).

¹⁶⁵ Carol S. DWECK, „Can Personality Be Changed? The Role of Beliefs in Personality and Change”, în *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 17, nr. 6, pp. 391-394, December 1, 2008 *apud* Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 269. Din contră, persoanele cu o mentalitate „fixă” (contrară) au un set de credințe contrare. Aceștia au un set de credințe potrivit cărora abilitățile și inteligența lor sun niște trăsături fixe, limitate. Aceștia nu cred că se pot schimba ori câștiga, iar asta le creează frică ori de câte ori se confruntă cu o problemă dincolo de puterile și abilitățile lor „naturale”. Aceștia se tem de ratare, deoarece ratarea ar fi un comentariu neplăcut/ stigmă ce le-ar fi atribuită. Dacă un lucru

dacă nu anticipezi și dacă nu ești dispus să înduri inevitabila greutate, presiune, și dificultățile din viață, atunci vei avea de parcurs un drum foarte neplăcut. Fără curaj, te vei simți mai puțin încrezător, mai puțin fericit și mai puțin de succes¹⁶⁶.

Cel de-al doilea exercițiu practic pe care suntem invitați să-l implementăm este reprezentat de îndemnul *împărtășește adevărul și ambițiile tale*. Aceasta întrucât, ni se spune, motivația principală a ființei umane este a fi liberă, de a-și exprima adevărata identitate și de a-și urmeze fără restricție visele – pentru a trăi ceea ce poate fi numit libertate personală. Urmărește acest impuls împărtășind în mod constant cu alte persoane propriile și adevăratele tale gânduri, simțiri, nevoi și vise. Nu fă compromisuri pentru a face pe plac altor persoane. Trăiește propriul tău adevăr¹⁶⁷.

Cea din urmă practică dedicată formării obiceiului referitor la curaj se regăsește în îndemnul enunțat astfel, *găsește pe cineva pentru care să lupți*. Explicația ce ni se oferă este aceea că avem nevoie cu toții de o cauză nobilă pentru care să luptăm. Oamenii de înaltă performanță tind să asimileze cauza pentru care ei luptă unei singure persoane – ei își doresc să lupte pentru acea persoană pentru ca această să fie în siguranță, să crească, ori să aibă parte de o viață de mai bună calitate. Întotdeauna vei face mai mult pentru ceilalți decât pentru tine însuși. Și făcând ceva pentru ceilalți, tu însuși îți vei găsi imboldul pentru curaj, și propria ta cauză pentru concentrare și excelență¹⁶⁸.

De asemenea, autorul nostru de referință ne mai oferă câteva lămuriri. Pe de o parte, ne liniștește spunându-ne despre curaj că este mai degrabă o deprindere ori competență, deoarece oricine o poate învăța¹⁶⁹, iar aceasta nu presupune lipsa fricii, ci, mai degrabă, presupune acțiunea și persistența în acțiune în pofida existenței fricii¹⁷⁰. Spre exemplu, antrenorii de parașutism sunt absolut înfricoșați atunci când fac prima aruncare în gol din avion, însă pe măsură ce repetă această experiență crește încrederea și le scade frica¹⁷¹. Pe de altă parte, curajul este și într-un anume fel contagios, precum este și panica ori lașitatea¹⁷². Copiii care își văd astfel părintele lor în fața greutăților vieții, asemenea vor învăța și ei să reacționeze¹⁷³.

nu este ușor, aceștia renunță. Statistic, cercetările arată că persoanele cu o mentalitate fixă sunt de cinci ori mai predispuși să evite provocările decât cei cu o mentalitate de creștere.

¹⁶⁶ *Ibidem*.

¹⁶⁷ A se vedea *infra*, la concluzii despre influența aici a ideologiei dominante astăzi.

¹⁶⁸ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 282-285 (t.n.).

¹⁶⁹ S. J. RACHMAN, „Courage: A psychological perspective”, în C. L. S. PURY, S. J. LOPEZ (Coord.), *The psychology of courage: Modern research on an ancient virtue*, American Psychological Association, 2010, p. 91–107.

apud Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 261 (t.n.).

¹⁷⁰ *Ibidem*.

¹⁷¹ *Ibidem*.

¹⁷² S. J. RACHMAN, *Fear and courage*, 2nd ed., W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co., 1990

apud Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 262 (t.n.).

¹⁷³ *Ibidem*.

PERSPECTIVA DIN PATERIC

Oare Sfântul Ioan Scărarul nu propovăduiește curajul? Nu îndeamnă el creștinii și monahii să cinstească lupta, să împărtășească adevărul în care cred și să afle persoana pentru care luptă? În mod evident, răspunsul este unul afirmativ, însă o face într-o manieră duhovnicească.

În primul rând, putem înțelege din *Scara* Sfântului Ioan Scărarul îndemnul *să iubim Crucea*. Așa își și începe această lucrare a sa, cu atenționarea de a fi conștienți că rodul bogat (al sufletului) se câștigă numai și numai prin lupta cea bună, iar asta implică în mod necesar osteneală și durere. Cuvintele Sfântului:

Să cunoască toți cei ce au venit la lupta cea bună, aspră, strîmtă și ușoară, că au venit să sară în foc, dacă primesc să locuiască în ei focul cel nematerialnic.¹⁷⁴

Să lucrăm virtuțile chiar de la începutul lepădării cu osteneală și cu durere. Iar înaintînd, să ne simțim în ele fără întristare, chiar dacă sîntem întristați puțin¹⁷⁵.

Căci dacă am câștiga rodul sufletului fără această luptă nu am ști să-l prețuim și l-am pierde. Înțelegem aceasta din cuvintele Sfântului care ne spun:

Cei ce au auzit că se află o comoară ascunsă într-un anumit loc, o caută pe aceasta, și din pricina căutării foarte obositoare păzesc cu luare aminte cele ce au aflat. Iar cei ce s-au îmbogățit fără osteneală, le risipesc cu ușurință.¹⁷⁶

Numai cele agonisite cu multe cereri și în timp îndelungat ne rămîn statornice¹⁷⁷.

Nu ne este nici de mirare, astfel, că Sfântul Ioan ne mai îndeamnă ca odată intrați în „lupta cea bună” să ne-o asumăm, să rămănem în luptă și să nu ne plângem ori să ne căutăm scuze din cauza greutăților întîlnite pe drum. Înțelegem aceasta din cuvintele lui care spun:

Să nu te turburi de cazii în fiecare zi, nici să ieși din luptă. Ci stai bărbătește și, cu siguranță, îngerul care te păzește va prețui răbdarea ta.¹⁷⁸

Trebuie să se folosească cineva de tot meșteșugul, ca să înscăuneze lutul, ca să zic așa, înălțîndu-l pe tronul lui

¹⁷⁴ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 17 (extras), cuv. I, p. 53.

¹⁷⁵ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 28 (extras), cuv. I, p. 55.

¹⁷⁶ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 27, cuv. XXVI, p. 272.

¹⁷⁷ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 42, Cuv. XXIX, p. 338.

¹⁷⁸ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 10 (extras), cuv. V, p. 133.

Dumnezeu. Deci nimenea să nu se scuze cu vreun motiv, în privința urcării. Căci calea și ușa s-au deschis¹⁷⁹.

Astfel, Sfântul Ioan ne repetă în mod constant îndemnul său la luptă, astfel cum îl înțelegem din propriile sale cuvinte în care zice:

Să ne sîrguim, fraților, de aci înainte. Căci de ne vom sili, vom fi scriși în cartea vieții (Apoc. 3, 5). Nu încape motiv de dezvinovățire: nici căderea, nici vremea, nici povara.¹⁸⁰

Și le spune celor „*ce voiesc să caute, să caute cu osteneală*”¹⁸¹: „*Să ne ostenim, tinerilor, cu înfocare; să alergăm cu trezvie. Căci nu știm când vine moartea*”¹⁸².

Iar victoria luptei nu înseamnă sfârșitul, ci doar transformarea sufletului creștinului, suflet care dobândește pacea și liniștea, în ciuda faptului lupta creștinului continuă, totuși, atâta cât va trăi pe acest Pământ. Înțelegem aceasta din cuvintele Sfântului:

... celor ce luptă cu tărie li s-au împletit cununile păcii și ale liniștii.¹⁸³

Cel ce a ajuns la liniște, a cunoscut adînc (abis) de taine. Dar n-a ajuns la aceasta dacă n-a văzut și n-a auzit mai înainte zgomotele valurilor și ale vînturilor și n-a fost poate stropit de ele¹⁸⁴.

Foarte interesant și surprinzător este avertismentul Sfântului potrivit căruia frica omului vine din lucrarea propriei sale mândrii și din lipsa pocăinței:

Cei ce plîng și nu se sperie de dureri nu sînt stăpîniți de frică. Dar cei ce se înfricoșează de ceva își ies din minți. Și pe drept cuvînt. Căci e drept Cel ce părăsește pe cei mîndri. El vrea să fim pedepsiți, ca și noi și ceilalți să nu ne trufim¹⁸⁵.

¹⁷⁹ *Idem.*, op. cit., pct. 20, Cuv. XXVI, partea a II-a, p. 294.

¹⁸⁰ *Idem.*, op. cit., pct. 19 (extras), Cuv. XXIX, p. 347.

¹⁸¹ *Idem.*, op. cit., pct. 19 (extras), Cuv. XXXI, p. 358.

¹⁸² *Idem.*, op. cit., pct. 42 (extras), cuv. I, p. 58. Asemnea este privită și pocăința, ca o luptă în necazuri: „*Pocăința este răbdarea de bună voie a tuturor necazurilor. Cel ce se pocăiește este pricinuitorul pedepselor sale. Pocăința este asupra tare a pîntecelui și lovirea sufletului printr-o simțire adîncă*” *Idem.*, op. cit., pct. 2 (extras), cuv. V, p. 121. În același sens se mai spune și că „*Semmul pocăinței pline de grijă stă în a ne socoti pe noi vrednici de toate necazurile văzute și nevăzute ce ni se întîmplă, ba încă de și mai multe*”, *Idem.*, op. cit., pct. 24, cuv. V, p. 135.

¹⁸³ *Idem.*, op. cit., pct. 1 (extras), Cuv. XXVII, p. 312.

¹⁸⁴ *Idem.*, op. cit., pct. 23 (extras), Cuv. XXVII, p. 316. De asemenea, Sfântul Ioan mai spune că standardul cel mai înalt al acestei virtuți este mucenicia „*Există o simțire, mai bine zis o deprindere numită răbdare în dureri, de care cel ce e prins, nu se va mai teme sau nu va mai fugi de durere niciodată. Stă pînite de această pururea lăudată virtute, sufletele mucenicilor au răbdat cu ușurință chinurile*”. *Idem.*, op. cit., pct. 49, Cuv. XXVI, p. 280.

¹⁸⁵ *Idem.*, op. cit., pct. 3, cuv. XX, p. 222-223.

În al doilea rând, Sfântul Ioan Scărarul ne spune tuturor creștinilor *să mărturisim Adevărul* acolo unde suntem, indiferent de pe ce poziție ne aflăm. Despre cei responsabili cu conducerea altora, Sfântul ne spune:

Este în firea unor întîistătători, ca să zic așa, să se sfiască și de multe ori să nu spună celor supuși cele de trebuință, ci să tacă. Dar aceștia să nu se ferească să-și împlinească datoria de învățători față de ucenicii lor și să însemneze pe o hîrtie poruncile de trebuință ce se cade să le dea acestora¹⁸⁶.

Pe de altă parte, celor care nu au responsabilitatea conducerii fraților lor, Sfântul le spune:

Să nu te sfiști niciodată de cel ce clevește pe aproapele față de tine. Mai degrabă zi către el: «Încetează, frate! Eu în fiecare zi fac lucruri mai rele ca el. Și cum pot să-l osîndesc pe el?» Prin aceasta vei cîștiga două lucruri: cu un singur leac te vei vindeca și pe tine și pe aproapele¹⁸⁷.

Să ne fie în toate, după Dumnezeu, drept țintă și îndreptar, conștiința, ca, cunoscînd de unde vine suflarea vînturilor, să întindem pînzele potrivit lor¹⁸⁸.

În al treilea rând, Sfântul Ioan Scărarul ne arată foarte limpede *să slujim aproapei, vrăjmașilor și lumii întregi*. Aproapei, vrăjmașilor și lumii întregi să închinăm lupta cea bună a întregii noastre vieți. Aceasta o înțelegem din cuvintele Sfântului care ne spune, referitor la aproapele nostru:

Cel ce iubește pe Domnul, a iubit mai întîi pe fratele său [s.n.]. Dovada primului lucru este cel de al doilea. Cel ce iubește pe aproapele, nu rabdă vreodată pe cei ce clevetesc, și fuge de ei mai degrabă ca de foc. Cel ce zice că iubește pe Domnul, dar pe fratele său se mînie, este asemenea celui ce aleargă în vis.¹⁸⁹

Nu refuza, cînd ți se cere să te rogi pentru un suflet, chiar dacă n-ai dobîndit rugăciunea. Căci credința celui ce o cerea pe aceasta a mîntuit de multe ori pe cel ce se roagă cu zdrobire de inimă¹⁹⁰.

Referitor la iubirea de vrăjmași Sfântul Ioan ne vorbește indirect:

Smerită cugetare arată nu cel ce se defaimă pe sine; căci cum nu se va răbda pe sine? Ci cel ce ocărît fiind de altul, nu-și micșorează dragostea față de acesta.¹⁹¹

¹⁸⁶ *Idem.*, op. cit., pct. 28, Cuv. XXXI, 359.

¹⁸⁷ *Idem.*, op. cit., pct. 7 (extras), cuv. X, p. 172.

¹⁸⁸ *Idem.*, op. cit., pct. 5, cuv. XXVI, p. 265.

¹⁸⁹ *Idem.*, op. cit., pct. 15, Cuv. XXX, p. 351.

¹⁹⁰ *Idem.*, op. cit., pct. 39, Cuv. XXIX, p. 338.

¹⁹¹ *Idem.*, op. cit., pct. 15, cuv. XXI, p. 228.

Blîndețea este starea neclătinată a minții, care rămîne la fel în cinstiri și necinstiri. Blîndețea stă în a ne ruga în chip netulburat și sincer pentru cel ce ne tulbură în vremea tulburărilor ce ni le pricinuieste¹⁹².

În cele din urmă, despre slujirea cea mai cuprinzătoare, cea față de întreaga lume, Sfântul Ioan ne arată:

*... semnul celei mai adînci smerite cugetări, este să ne înfățișăm ca vinovați pentru păcatele care nu sînt ale noastre, de dragul disprețuirii.*¹⁹³

*Regula, cuvîntul și legea duhurilor și trupurilor celor ce s-au desăvîrșit, viețuind cu bună credincioșie în trup, este aceasta: (...) a fi sol pentru lume (...), mîntuitor al oamenilor (...)*¹⁹⁴.

CAPITOLUL 6 - OBICEIUL 6: DEZVOLTĂ INFLUENȚĂ

PERSPECTIVA DIN LEADERSHIP

Primul exercițiu practic pe care Brendon Burchard ne îndeamnă să-l implementăm este reprezentat de îndemnul *învață oamenii cum să gîndească*. În orice situație care implică influența, pregătește-te prin a te întreba cum ai vrea ca alții să gîndească despre (a) ei înșiși, (b) alte persoane, și despre (c) lume în general. Apoi, comunică acestea în mod consecvent. Modelează gîndirea oamenilor spunându-le și întrebându-i lucruri precum: „Gîndește-te la asta în acest fel (...)”, „Ce crezi tu despre (...)”, „Ce s-ar întîmpla dacă am încerca (...)”¹⁹⁵.

Deși autorul nostru de referință nu o spune în mod explicit, teza de la care pornește acesta este aceea că termenii prin care o persoană își descrie realitatea înconjurătoare - percepția - prin cuvinte gîndite este și locul unde se desfășoară fenomenul influenței. Acest fapt este explicat în cercetarea sociolingvistică a lui Pierre Bourdieu, potrivit căruia schimbarea în concret a realității sociale este posibilă pentru că, pe de o parte, oamenii din respectiva societate, ei înșiși parte din lumea socială, au o anumită cunoaștere a acestei lumi, iar, pe de altă parte, pentru că se

¹⁹² *Idem.*, op. cit., pct. 32 (extras), cuv. XXIV, p. 243. Totodată, în același „Înșușirea cea dintîi și cea mai aleasă a acestei bune și vrednice de laudă treimi este primirea cu cea mai mare bucurie a necinstirii, care e așteptată cu mîinile deschise ale sufletului și e îmbrățișată ca una ce alină și topește bolile sufletului și mari păcate”, în *Idem.*, op. cit., pct. 8 (extras) cuv. XXV, p. 250.

¹⁹³ *Idem.*, op. cit., pct. 40 (extras), cuv. XXV, p. 259.

¹⁹⁴ *Idem.*, op. cit., pct. 14 (extras), cuv. XXVI, p. 268.

¹⁹⁵ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 230 (t.n.).

poate acționa asupra lumii sociale acționându-se asupra cunoașterii lor despre respectiva lume¹⁹⁶.

Cel de-al doilea exercițiu pentru dezvoltarea obiceiului privind influența este reprezentat de îndemnul *provoacă oamenii să crească*. Astfel, acesta ne spune să observăm cu atenție oamenii, sens în care să le studiem caracterul, relațiile cu ceilalți și contribuțiile, pentru a putea fi capabili să-i provoacăm în mod contant să și le dezvolte și mai mult. Suntem îndemnați să-i întrebăm pe cei din jurul nostru dacă au dat tot ce au avut mai bun, dacă ar putea să-i trateze și mai bine pe oamenii din jurul lor, și dacă ar putea să dăruiască chiar și mai mult decât ceea ce au dăruit ori să slujească la un nivel de excelență și mai înalt și cu și mai multă cinste¹⁹⁷.

Cel din urmă exercițiu practic prezentat este reprezentat prin îndemnul *fii tu modelul de urmat*. Relevantă este și explicația aceluia, potrivit căreia 71% dintre oamenii de înaltă performanță afirmă că zilnic se gândesc să întruchipeze un model de urmat¹⁹⁸. Aceștia își doresc și își propun să fie un bun model de urmat pentru familia lor, pentru echipa lor, și pentru comunitatea din care fac parte. Prin urmare, ni se spune să ne adresăm următoarea întrebare „Cum aș putea să acționez în această situație astfel încât să inspir și pe alții să creadă în ei înșiși, să dea tot ce le stă în putere, și să slujească altora cu integritate, cu toată inima și cu excelență?”¹⁹⁹.

PERSPECTIVA DIN PATERIC

La o analiză atentă a *Scării* Sfântului Ioan Scărarul observăm că și pentru acesta este importantă dezvoltarea influenței - bineînțeles, într-o manieră duhovnicească, în care acesta caută rodul bogat al sufletului -. În primul rând, Sfântul Ioan adresează o binecuvântare aceluia care are - într-un context ori altul - rolul de a fi învățător, spunându-i să fie *învățător cu bunăvoință*. În cuvintele acestuia:

Nici un dar nu e așa de bine primit de Dumnezeu de la noi ca acela de a aduce suflete cuvântătoare prin pocăință. Căci toată lumea nu are un preț deopotrivă cu al unui suflet. Lumea trece, iar sufletul e nestrăcios și rămîne. Drept aceea nu ferici pe cei ce aduc bunuri; ci fericește pe cei ce aduc lui Hristos oi cuvântătoare²⁰⁰.

De asemenea, adresează un asemenea cuvânt și tuturor călugărilor:

Îngerii sînt lumină călugărilor. Iar viețuirea călugărească e lumină tuturor oamenilor. Drept aceea să se nevoiască în toate să fie pildă bună, nedînd nici o sminteală în nimic, în cele ce le

¹⁹⁶ Pierre BOURDIEU, *Limba și putere simbolică*, în traducerea lui Bogdan Ghiu, Editura Art, București, 2012., p. 163. Potrivit acestui autor, se poate modifica realitatea socială modificând reprezentarea despre ea a persoanelor din respectiva societate.

¹⁹⁷ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, pp. 237-246 (t.n.).

¹⁹⁸ *Idem.*, *op. cit.*, p. 248 (t.n.).

¹⁹⁹ Brendon BURCHARD, *op. cit.*, p. 249 (t.n.).

²⁰⁰ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 89, Cuv. XXXI, p. 349.

lucrează și le grăiesc. «Că dacă lumina ,se face întuneric, întunericul » — adică cei ce petrec în lume, cu cât mai mult nu se vor întuneca (Mt. 7, 23)?²⁰¹

În al doilea rând, Sfântul Ioan adresează îndemnul celui ce este păstor de suflete de a fi *mustrător cu discernământ*. Pe de o parte, păstorul de suflete nu trebuie să se dea înapoi de la a muștra pe cei care îi sunt dați lui spre păstorie, lucru pe care îl înțelegem din cuvintele Sfântului Ioan care spune:

Dacă întâistătorul nu încetează să-l mustre, bine face.²⁰²

Explică modul cum se desfășoară aceasta:

Cîrmaciul bun va scăpa corabia; [tot așa] păstorul bun va tămădui oile și le va face sănătoase. (...) Păstorul să lovească cu cuvîntul oile ce rămîn în urmă din lene sau din lăcomia pîntecelui. Căci și acesta e un lucru al bunului pastor²⁰³.

Pe de altă parte, Sfântul Ioan mai arată că muștrarea păstorului trebuie a se face cu discernământ, în caz contrar acesta riscând pierderea sufletelor păstoriților săi. Astfel, vorbind despre un stareț, Sfântul Ioan ne spune:

... cunoscînd lucrarea ucenicilor, dădea certări mai mici, ca unul ce știa că cel certat nu-i atît de vinovat; ba nici nu mai căuta pe cel ce căzuse cu adevărat în greșeală²⁰⁴.

Mai mult chiar, Sfântul Ioan adresează celui ce este păstor chiar și îndemnul - aparent brutal:

Cercetează pe cei tari cu sufletul și-i ceartă fără motiv de față cu cei slabi, ca să vindeci, prin leacul unuia, rana celuilalt și să-i înveți pe cei moleșiți să se facă tari.²⁰⁵

De asemenea, Sfântul Ioan arată mare delicatețe el însuși ca păstor de suflete, atunci când scrie altor păstori:

²⁰¹ *Idem.*, op. cit., Pct. 23, Cuv. XXVI, p. 271.

²⁰² *Idem.*, op. cit., Pct. 11 (extras), Cuv. IV, p. 78.

²⁰³ *Idem.*, op. cit., Pct. 7, Cuv. XXXI, p. 355.

²⁰⁴ *Idem.*, op. cit., Pct. 18 (extras), Cuv. IV, p. 82. În același sens și nota de subsol a pr. Dumitru Stăniloae: „(...) *Nu vom numi binefăcător pe cel ce încuie cele stricicioase în trup, ci mai degrabă pe cel ce le scoate prin durere și asprime la arătare [s.n.], ca fie prin vomitare, să arunce ceea ce vatămă, fie prin descoperirea bolii să facă cunoscut chipul tămăduirii. Tot așa e vădit că a ascunde păcatul înseamnă a pricinui celui bolnav moartea. «Căci păcatul este boldul morții» (Rom. 6, 25), zice apostolul. Muștrările cu curaj sînt de aceea mai bune decît prietenia ascunsă [s.n.]. Nici să nu ascundă unul păcatul altuia. In primul caz, unul se face ucigaș al fratelui; în al doilea, fiecare se face ucigaș al său. Căci cel ce nu se tămăduiește pe sine, zice, prin faptele sale, este frate al celui ce se vatămă pe sine»*”, *Ibidem.*

²⁰⁵ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 81, Cuv. XXXI, p. 368.

Să ai și tu, o, minunate, plasturi, băuturi, bisturiuri, picături, briciuri, burete, lame de tăiat vinele, fierul de ars rana, alifii, doftorii de somn, cuțit, feșe și neîngrețoșarea. Căci de ne lipsesc acestea, cum ne vom arăta știința ? Nicicum. Iar plățile se dau nu pentru cuvinte, ci pentru fapte.²⁰⁶

De voiești sau mai bine zis socotești *să scoți țandăra din ochiul altuia, să nu o scoți pe aceasta cu o bîrnă ci cu o pensă* [s.n.]. Bîrna este cuvîntul greu sau purtările urîte. Iar pensa este învățătura blîndă și muștrarea îndelung răbdătoare «Muștră, zice, ceartă, mîngîie» (II Tim. 4, 2). Dar nu și lovi. Iar dacă ar trebui și aceasta, fă-o rar și nu prin tine însuși²⁰⁷.

Căci, finalmente, miza acestui meșteșug de a fi păstor este pierderea ori câștigarea sufletelor oamenilor pentru Împărăția lui Dumnezeu, miză de care Sfântul Ioan încearcă să ne facă și pe noi conștienți când ne spune:

Am văzut doftor nepriceput, care, defăimînd pe cel zdrobit, nu i-a pricinuit nimic altceva decît deznădejdea. Și am văzut doftor iscusit care, operînd prin ocărire inima umflată, a golit-o de tot puroiul. Am văzut odată pe un bolnav bînd pentru curățirea întinăciunii doftoria ascultării și mișcîndu-se și umblînd și nedormitînd, iar altădată, pe altul - cu ochiul sufletului bolnav - liniștindu-se și petrecînd în tăcere. Cine are urechi de auzit să audă²⁰⁸.

În al treilea rînd, Sfântul Ioan adresează îndemnul celui ce acționează ca păstor de suflete, dar și tuturor creștinilor, *dăruiește doar din ceea ce ai - să-l ai model pe Moise*. Aceasta înseamnă, înțelegem noi, că Sfântul Ioan îndeamnă pe conducătorii, dar și pe fiecare creștin în parte – nu doar stareți ori călugări – să fim

²⁰⁶ *Idem., op. cit.,* pct. 11, Cuv. XXXI, p. 356. La pct. 12, următor, Sfântul detaliază zicînd: „Plasturele este leacul patimilor văzute, adică al celor trupești; băutura este leacul patimilor dinăuntru și nimicirea lor; bisturiul este ocărire care taie rana, curățește puroiul mîndriei; picăturile sînt curățirea ochilor sufletului, întunecat de turburarea mîniei. Briciul este dojenirea care mușcă, dar după puțin vindecă. Lama de tăiat vinele este deșertarea grabnică a mirosului cel nearătat. Ea este și zgîrierea și împungerea aspră spre vindecarea celor bolnavi. Buretele este mîngîierea bolnavului și răcorirea lui de către doftor după tăiere sau operație, prin cuvinte line și blînde. Fierul de ars este hotărîrea și regula aspră data pentru o vreme, spre pocăință. Alifia este mîngîierea dată bolnavului după arderea răni, fie prin cuvînt, fie prin puțină hrană. Leac de somn înseamnă a lua povara celui ascultător și a-i da prin supunere odihnă, și un somn neadormit și o orbire cuvioasă, ca să nu vadă aptele cele bune ale sale. Legăturile sînt întărirea și stringerea celor moleșiți de slava deșartă și lăudăroși, prin răbdarea pînă la moarte. Iar la urma tuturor, cuțitul este regula și hotărîrea și scoaterea trupului mort sufletește și a mădularului plin de puroi, ca să nu treacă și la celelalte vătămarea sa”, iar altundeva spăune că „Nu trebuie să se folosească același plastore pentru orice greșală, ci potrivit cu felul ei”, în *Idem., op. cit.,* pct. 31, Cuv. XXI, p. 232.

²⁰⁷ *Idem., op. cit.,* pct. 21, Cuv. VIII, p. 164.

²⁰⁸ *Idem., op. cit.,* pct. 21, Cuv. XXVI, p. 270.

un exemplu de urmat de către cei din jurul nostru. Am înțeles aceasta din cuvintele sale în care spune:

Legea, ca nedesăvârșită, zice: «Ia aminte la tine însuși» (Deut. 4, 9). Iar Domnul, ca mai presus de desăvârșire, a poruncit să îndreptăm și pe fratele nostru zicînd: «De-ți va greși fratele tău» și cele următoare (Mt. 18, 15). Dacă muștrarea ta, mai bine zis, aducerea aminte îndreptată spre el, e curată și smerită, să nu ocolești să împlinești porunca Domnului. Dacă nu ai ajuns la această stare, împlinește încă slujirea legii.²⁰⁹

Sau din cuvintele:

Tu, cel ce povățuiești pe cei mai de jos, învață din cele înalte; și călăuzește pe celălalt prin înfățișarea ta văzută. Nu uita de cel ce zice: «Nu de la oameni, nici prin oameni am luat învățătura, nici n-am fost învățat» (Gal. 1, 2). Căci nu e cu puțință celor de jos să tămăduiască vreodată pe cei ce zac la pămînt²¹⁰.

Sfântul Ioan îl oferă ca și standard de întruchipare a conducătorului pe Moise și felul în care a reușit el să elibereze poporul evreu din robia egipteană. Astfel, acesta îndeamnă:

Să-ți fie chip, preaînțelepte (...) marele Moisi. Că n-a putut elibera pe ascultători de faraon, măcar că-l urmau cu supunere, pînă ce nu au mîncat azima cu ierburi amare (Ieș. 12). Azima e sufletul care nu are ca punct de plecare voia sa. Căci aceasta îl poate umfla și înălța. Dar azima e pururea smerită. Iar prin ierburi amare, să înțelegem cînd amărăciunea care vine din poruncă, cînd strîmtorarea ce se naște din amărăciunea postului²¹¹.

Finalmente, Sfântul Ioan ne adresează și un avertisment, acela că dacă ai - sau mai bine zis ți-a dăruit Dumnezeu – cunoștință, atunci ai și obligația de a dăruia din ceea ce ai:

Dacă ai ochi în stare să vadă de mai înainte furtunile pe mare, spune aceasta limpede celor aflați în corabie. Iar de nu, vei fi

²⁰⁹ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 16, Cuv. XXVI, partea a II-a, p. 292.

²¹⁰ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 6, Cuv. XXXI, p. 355. Și altele asemenea unde zice „E mare rușinea întîistătătorului care se roagă să se dăruiască celui supus lui ceea ce el nu are” în *Idem.*, *op. cit.*, pct. 15 (extras), Cuv. XXXI, p. 357. În altă parte spune că „Fericită este la doftori neîngreșoșarea și la întîistătători nepătîmirea. Cei dintîi, neîngreșoșîndu-se, pot lucra la vindecarea oricărei boli rău mirositoare, fără greutate. Cei de al doilea pot învia orice suflet mort” *Idem.*, *op. cit.*, pct. 12, Cuv. XXXI, p. 357. Iar în altă parte spune „Doftorul este dator să se dezbrace cu desăvîrșire de patimi, ca să se poată preface, la vremea potrivită, că le are pe unele și mai ales mînia. Căci de nu le-a lepădat cu totul, nu le va putea îmbrăca iarăși în chip nepătîmitor” în *Idem.*, *op. cit.*, pct. 18 (extras), Cuv. XXXI, p. 358.

²¹¹ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 98, Cuv. XXXI, p. 372.

pricinitorul scufundării corăbiei, pentru că și s-a încredințat de către toți, fără grijă, cîrma ei.²¹²

Am văzut doftori care nu au vestit înainte bolnavului pricinile îmbolnăvirii. De aceea, au pricinuit și bolnavilor și lor înșiși multă oboseală și chin²¹³.

Iar aceasta, nevoia de învățător, spune Sfântul, este lăsată în firea oamenilor de însuși Dumnezeu:

E o însușire a firii, făcută și ea de Bunul nostru Domn, ca, văzînd pe doftor, bolnavul să se bucure chiar dacă nu se va folosi poate cu nimic de la el²¹⁴.

GÂNDURI DE ÎNCHEIERE

1. Nu este nimic nou sub soare. Am văzut cum Sfântul Ioan Scărarul abordează și el, încă din sec. al VII-lea, absolut toate subiectele abordate astăzi despre dezvoltarea omului de către literatura de *leadership*²¹⁵. Doar referitor, de exemplu, la obiceiul privind ridicarea necesității și, în special, referitor la excelență, am văzut cum „omul de știință al duhului”, Sfântul Ioan Scărarul, acordă și el importanță pe calea lucrării rodului bogat (al mântuirii) în viața omului unor activități precum auto-evaluarea și primirea criticilor, necesitatea unui standard de excelență foarte înalt și concentrarea întregii atenții asupra scopului urmărit.

Această paralelă ne arată că, deși nivelul de dezvoltare tehnică a avansat foarte mult, precum și concepția omului despre cunoaștere s-a schimbat, totuși, omul a rămas până astăzi neschimbat, se confruntă cu aceleași probleme din universul său interior care îi determină acțiunea sa în lumea înconjurătoare. Astfel, și Sfântul Ioan era conștient și preocupat de existența și lucrarea în viața omului a obiceiurilor, însă le denumea altfel. Înțelegem aceasta din afirmația sa potrivit căreia:

(...) începutul ostanelilor sînt virtuțile. Începutul virtuților e floarea lor; iar floarea virtuții este începutul lucrării. Fiica virtuții este lucrarea în continuare. Iar rodul și fiica unei cugetări mai continue la virtute este deprinderea²¹⁶.

Iar fiica deprinderii este calitatea bună a ființei²¹⁷.

2. Se pare că Sfântul Ioan Scărarul cunoștea ceea ce științele sociale relevă referitor la motivație, că pentru a oferi o motivație - ca resort și susținător al

²¹² *Idem.*, *op. cit.*, pct. 21, Cuv. XXXI, p. 358.

²¹³ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 22, Cuv. XXXI, p. 358.

²¹⁴ *Idem.*, *op. cit.*, pct. 10, Cuv. XXXI, p. 356.

²¹⁵ A se vedea anexa prezentului studiu.

²¹⁶ Adică, considerăm noi, obișnuința.

²¹⁷ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, pct. 54 (extras), Partea a III-a, la cuvîntarea XVI despre deosebirea gândurilor, patimilor și virtuților, p. 311.

acțiunii omului - maximă persoanei umane, trebuie evocată atât dorința de un eventual câștig cât și riscul unei eventuale pierderi²¹⁸. Așa ne explicăm îndemnul său adresat monahilor pentru momentele de încercare:

Cînd dracii înfierbîntă, după lepădarea (de lume), inima noastră cu aducere aminte de părinții și de frații noștri, să ne înarmăm cu rugăciune împotriva lor și să ne ardem cu aducerea aminte de focul veșnic, ca prin amintirea acestuia să stingem focul cel necuvenit al inimii²¹⁹.

Tot astfel putem înțelege și relevanța relatării sale tulburătoare despre cea mănăstire ca închisoare din cuvântul său despre pocăință²²⁰.

3. O diferență care constă în abordarea excelenței constă în aceea că, în timp ce, pe de o parte, din literatura de Leadership aflăm că orice activitate pe care o săvârșim - pentru a o efectua la un standard cât mai înalt de performanță - trebuie a fi lucrată în exclusivitate (spațiu și timp, fizic și mental), pe de altă parte, în literatura de Pateric găsim o excepție referitoare la rugăciunea și cântarea de obște, despre care aflăm că este singura activitate care trebuie săvârșită în exclusivitate (spațiu și timp, fizic și mental). Orice alte activități, în special cele fizice, precum spălatul vaselor, se pot face, spre exemplu, spunând rugăciunea lui Iisus, îi vedem astfel pe frați de la mănăstiri când sunt la ascultări.

4. Diferențe în plan duhovnicesc între pateric și leadership observăm că există referitor la în/existența pocăinței și la obiectul cunoașterii.

În primul rând, referitor la pocăință, observăm că aceasta există doar în literatura de Pateric, în timp ce în cea de Leadership lipsește cu desăvârșire, nu doar ca și concept/ denumire, ci și ca și fenomen. Pesemne, în literatura de leadership nu se consideră a avea importanță pocăința. Observăm prezența și lipsa pocăinței ca un fenomen și ca un concept.

²¹⁸ A se vedea, spre exemplu, Charles C. HARRIS, Greg BROWN, „Gain, loss and personal responsibility: The role of motivation in resource valuation decision-making”, în *Ecological Economics*, Volume 5, Issue 1, March 1992, pp. 73-92, disponibil și on-line la <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/092180099290021J>.

²¹⁹ Sfântul Ioan Scărarul, *op. cit.*, cuvântul II, pct. 16 (extras), p. 65. În același sens zice și „Cînd te vor înconjura ca niște albine, sau mai bine zis ca niște viespi, rudeniile tale, plîngînd pentru tine, ațîntește-ți repede și fără întoarcere ochiul sufletului spre moartea ta și spre faptele tale (cele rele) [s.n.], ca să poți depărta durerea, cu durere”, în *Idem.*, *op. cit.*, pct. 24, cuv. III, p. 71.

Ori atunci unde spune că „Aducerea aminte de focul veșnic să se culce în fiecare seară și să se scoale cu tine și nu te va stăpîni pe tine trîndăvia în timpul cîntării” *Idem.*, *op. cit.*, pct. 23, cuv. VII, p. 148, sau unde zice „Să nu încetezi să-ți închipuiești mereu în tine și să cercetezi adîncul (abisul) focului veșnic și pe slujitorii nemiloși, pe judecătorul neîndurat și neiertător, prăpastia nemărginită a văpăii celei de sub pămînt și coborîșurile strîmtorate ale locurilor și hăurilor subpămîntene și înfricoșătoare și chipurile tuturor acestora [s.n.]. Aceasta pentru ca lăbărtarea aflătoare în sufletul nostru să fie strînsă prin cutremurare și acesta să se unească cu curăția nesticăcioasă, primind arătarea focului tot mai scînteietor al plînsului”, în *Idem.*, *op. cit.*, pct. 12, cuv. VII, p. 145-146.

²²⁰ *Idem.*, *op. cit.*, Cuv. V, pp. 120-135.

În al doilea rând, referitor la obiectul cunoașterii, astfel cum îl putem surprinde din analiza celui de-al doilea obicei - căutarea clarității -, observăm că în timp ce, pe de o parte, literatura de Leadership îndeamnă persoana să-și imagineze pe sine cum se dorește a fi/ a se construi într-un viitor mai mult sau mai puțin apropiat, pe de altă parte, literatura de Pateric îndeamnă omul mai mult la cugetare și la cunoaștere de sine²²¹.

Observăm preocuparea mai mult asupra realității de aici și acum (cine este omul) ori asupra unui proiect imaginar (cine ar putea fi omul).

5. Diferențe în plan ideologic între pateric și leadership observăm că există referitor la autonomia/ dependența de ideologiile la modă. În îndemnul adresat în literatura de Leadership, intitulat împărtășește adevărul tău²²², identificăm tendința actuală a ideologiei dominante a marxismului cultural de a relativiza adevărul²²³. Literatura de Pateric este scutită, cel puțin în momentul de față și astfel cum am putut succint să o aprofundăm, de o asemenea intruziune ideologică.

6. În aceste condiții, mai are vreun rost leadership-ul? Răspunsul pe care îl considerăm potrivit este că da, mai are un rost, căci este - la fel precum spunea părintele Rafail Noica despre psihologie - „*un fel de milă a lui Dumnezeu într-o lume în care Dumnezeu nu mai există*”²²⁴.

7. Primul rost al Leadership-ului este să ne lămurească, pe mine creștin, care este rosul rugăciunii „Crucii Tale ne închinăm Hristoase (...)”. Cum se poate

²²¹ În perspectiva duhovnicească este cunoscut că „*Pe când întoarcerea omului la sine a adevărată din uitarea de sine, care l-a dus la păcat [s.n.], are nevoie de smerenie, fapta impulsivă e semnul închipuirii de sine, adică al necunoașterii sinei sale adevărate [s.n.]. Impulsivul, sau omul ce se lasă stăpînit de iușime, e un om care nu s-a obișnuit cu reflexiunea [s.n.] și nici cu smerenia ce vine din cunoașterea reală de sine [s.n.]. Părinții leagă strîns mînia și iușimea, întrucît izvorul imediat al mîniei e iușimea, sau impulsivitatea. Impulsivitatea e un semn accentuat al lipsei de putere a spiritului de a stăpîni pornirile involuntare. Reflexiunea reduce la proporțiile adevărate, neimportante, răul ce ți l-a făcut altul, și în general, toate cele ale vieții de aici [s.n.]*”, în *Idem., op. cit.*, pct. 12, cuv. VIII, nota de subsol, p. 161.

²²² A se vedea *supra*, al doilea exercițiu practic pentru formarea obiceiului de a da dovadă de curaj.

²²³ Căci „adevărul” nu poate să fie exclusiv „al tău”, caz în care în reducem la nivelul unor preferințe, opinii, gusturi. Nu intrăm în detalii întrucât exced obiectivelor de cercetare ale prezentului studiu. Pentru mai multe detalii despre ideologie prin relativism a se vedea Roger KOMBALL, „Desființarea istoriei: de ce relativismul este greșit?” (trad. Irina BAZON), în William S. LIND, Andrei DÎRLĂU, Irina BAZON (Coord.), *Corectitudinea politică. „Religia” marxistă a noii ordini mondiale*, Editura Rost, București, 2015, pp. 99-118. Pe de altă parte, pentru cum poate pătrunde această ideologie inclusiv în limbajul bisericesc a se vedea Sever-Alexandru SBĂRNĂ, Dumitru-Cristian COVERCĂ, Cristina BUTNARIU, „O perspectivă sociolingvistică asupra limbajului bisericesc”, în Ionel POPESCU, Zaharia PEREȘ, Marius FLORESCU (coord.), *Martiri și mărturisitori ai Dreptei Credințe în anii regimului comunist: 70 de ani de la (re)înființarea Mitropoliei Banatului*, Editura Partoș, Editura Universității de Vest - Timișoara, Timișoara, 2018, pp. 75-94.

²²⁴ Extras din răspunsul și întrebarea adresată pr. Rafail Noica: „Părinte, dacă am o problemă, spuneți-mi vă rog la cine să merg? La preot sau la un psiholog?” https://www.youtube.com/watch?v=cgf7zcivW_w.

așa ceva? Căci nouă, ca oameni contemporani - cu pretenții de raționalitate și înstrăinați de Duhul Bisericii în ideologiile contemporane -, ni se pare de-a dreptul absurdă, ni se pare nebunie²²⁵ rugăciunea „Crucii Tale ne închinăm Hristoase (...)”²²⁶. Totuși, dacă suntem de acord - așa cum ne este lămurit de către studiile științifice cele mai recente arătate de Brandon Burchard - că „nebunia” pentru a face performanță/ a lucra cu excelență este de dorit²²⁷, dar și că este important să am o atitudine de creștere (să cred că mă pot dezvolta și să „atac” eu însumi problemele vieții și nu să le evit)²²⁸, înseamnă că idealul de perfecțiune în viața noastră, a fiecăruia, este să alergăm cu bucurie către crucea ce ne este dată fiecăruia. Luând, astfel, modelul Bărbatului desăvârșit, Iisus Hristos, care ne-a în arăta chip desăvârșit cum să ne trăim viața, prin Cruce²²⁹.

8. *A fortiori ratione* cuvântul Profesorului Gheorghe Mihai este aplicabil când este vorba în cazul studenților la Teologie. De unde și conștiința, entuziasmul și emoția noastră de a ne adresa, în principal, unei categorii excepționale de oameni din societatea actuală, studenții teologi - cei dintâi cărora li s-a dăruit vocația și responsabilitatea de a deveni elite (universitare, culturale și sociale).

²²⁵ Cum se poate așa ceva, nu e crucea instrument de tortură? Și alte interogări aparent raționale și, evident, rezonabile, dar totuși departe de adevăr.

²²⁶ Antifon de la Praznicul Înălțării Sfintei Cruci.

²²⁷ A se vedea *supra*, factorii interni ai performanței, la primul exercițiu practic al obiceiului de a ridica necesitatea.

²²⁸ A se vedea *supra*, despre obiceiul de a da dovadă de curaj.

²²⁹ Precum Sfântul Apostol Pavel ne spune „Cuvântul crucii pentru cei ce pier este nebunie, iar pentru noi, cei ce ne mântuim, este puterea lui Dumnezeu” (I Corinteni 1, 18).