

# LAMENTAȚIA SAU VĂICĂREALA

Mirela Arsith<sup>1</sup>

## 1. Introducere

Omul reprezintă o ființă complexă, contradictorie, capabilă, în contexte diferite, să treacă de la măreție la micime, de la judecător al tuturor lucrurilor”, la „imbecil vierme de pământ”, după cum afirma filosoful francez Blaise Pascal. Și tot acest gânditor susținea despre ființa umană că este atât „depozitar al adevărului”, cât și „îngrămădire de incertitudine și de eroare”. Această dublă natură a omului marchează tragismul condiției acestuia, de a fi dominat când de rațiune, când de pasiune.

Sufletul omului este când dezvăluit de lumină, când brăzdat de întuneric, ceea ce îl aprobează fie de îngeri, fie de demoni. Consider că merită să relevăm câteva trăsături și comportamente pe care le putem întâlni la semenii noștri, care își însușesc și „promovează” valori, atitudini și comportamente pe care le apreciază ca fiind dezirabile, din dorința lor de a crea o bună impresie despre sine semenilor lor. Uneori, prin desfășurarea eforturilor enumerate mai sus, oamenii pot pierde măsura, pot deveni ridicoli, enervanți, nonmodele. În continuare, vă propun câteva considerații despre *lamentatie* și unele consecințe posibile ale manifestării acesteia.

## 2. Lamentația

Nu de puține ori, în jurul nostru sunt persoane care se simt victime ale unei injustiții, ale unor suferințe nemeritate și, ca urmare, se plâng, nefericite și își exprimă durerile, păsurile, insatisfacțiile, nefericirile... Mulți dintre noi le consideră pe aceste persoane inocente, nedreptățite, ele având multe merite nerecunoscute, neapreciate la justa lor valoare. De cele mai multe ori, aceste persoane atrag întodeauna, din partea noastră, admirația sau compasiunea.

De multe ori, ignorăm, cu bună credință, plăcerea pe care o resimt unele persoane de a se plânge, de a se considera „speciale”, lipsite de șanse, într-viață nedreaptă. De multe ori, ele consideră că astfel de situații le conferă chiar anumite drepturi față de ceilalți, care au avantaje (poate chiar nemeritate) în raport cu cei loviți de boli sau de probleme. Ele nu caută neapărat soluții la problemele lor; ele simt că „nefericirea” trăită le dă chiar o anumită valoare, făcându-le să se simtă cumva „superioare” semenilor lor, micșorați cumva de lipsa bolilor sau a problemelor care doar pe ei îi „înnobilează”. Acest tip de persoane nu își dorește încurajări sau soluții; acestea pot chiar să le ofenseze, atentând la „noblețea” situațiilor lor tragice. De multe ori, putem identifica o anumită plăcere a lamentației, o autovictimizare în raport cu

---

<sup>1</sup> Conf.univ.dr., Universitatea Danubius din Galați.

ceilalți oameni, în raport cu soarta, cu lumea. „Suferințele mele sunt mai mari decât ale tale”; „suferințele mele sunt iremediabile și definitive, pe când ale tale sunt temporare și relative”.

Aveam o prietenă care mă suna din când în când, pentru a vorbi cu mine despre diversele probleme pe care le avea:

„–*Bună; ce faci?*”

–*Sunt puțin răcită, îi raspundeam, în rarele ocazii când mă încercă vreo gripă.*

–*Oh, stai să-ți povestesc eu cât de bolnavă sunt. Aseară mi-a fost așa de rău...*”

Și amica mea continuă să se lamenteze despre starea ei de sănătate minute în șir. Astfel, am învățat să renunț să mai spun adevărul, atunci când sunt întrebată „ce faci?”. Raspund formal, de fiecare dată, la un apel al prietenei mele că fac... *bine*. În acest fel, nu mai am parte, în mod obligatoriu, de lamentațiile ei nesfârșite.

### **2.1. Să te plângi de tine însuși**

Sunt persoane care se plâng de ele însele, de ceea ce sunt, sau de ceea ce nu sunt. Se jelesc pe ele însele cu o milă tandră, duioasă și se „critică” pe ele însele cu mai puțină sau mai multă bunăvoință:

„Sunt așa de neindemanatic” „Nu pot să spun nu” „Sunt cumplit de timid” „Am nasul prea mare”.

„Sunt prea gras” „Niciodată nu imi respect deciziile” etc.

Uneori, cei care se lamentează fac mult caz de calitățile lor care, în exces, devin aproape defecte:

„Sunt prea bun”. „Sunt prea milos”. „Sunt prea toleranț”. „Sunt prea înțelegător” etc. Toate aceste „excese” în loc să aducă bucurii pentru cel în cauză, provoacă mai degrabă suferință și dezamăgire.

Persoana care se lamentează se declară neputincioasă în ceea ce o privește, pentru că nici nu poate să se accepte așa cum este, dar nici nu poate să se schimbe. Aceasta reprezintă o modalitate de a își oferi mai multă valoare atât în proprii săi ochi, cât și în ochii celorlalți. De fapt, persoana declară mereu că nu este mulțumită de sine întrucât, idealul său despre sine este, în credința ei, cu mult mai înalt. Iar acest fapt arată –după credința sa - că nu este o persoană mediocră, banală. În viziunea respectivei persoane, aspirațiile sale de a fi altfel decât o persoană obișnuită, ca toată lumea, îi aduc atât disperare, cât și grandoare...

Ce poate face interlocutorul meu în fața plângerilor unei persoane care se lamentează??

Dacă interlocutorul va încerca să liniștească sau să laude persoana care se lamentează, evidențiindu-i calitățile pe care le are nu va fi în regulă. Persoana va înțelege că este sunt o biată ființă neînțeleasă, care se simte marginalizată. Ea nu are nevoie de ajutor. Ea nu vrea să se vindece. Vrea, poate, o confirmare de tipul „Nu esti mulțumit de tine. Ce aspirații înalte ai!”. Astfel, este trimisă către sine însăși, pentru a se înțelege mai bine...

## 2.2. Să te plângi de alții sau de soarta ta

Când persoana care se lamentează se plange de alții, nu se mai devalorizează pe sine. În această situație, lamentația poate fi o chemare sau o cerere indirectă, ea urmărind să capteze interesul și emoția celuilalt, ducând la atragerea deplinei atenții.

Persoana care se lamentează este convinsă că suferința sa, nefericirea sa o face, mai demnă de interes, mai profundă decât oamenii care nu au probleme (crede ea).

Uneori, lamentația este un reproș adresat celui care asculta lamentațiile.

De exemplu o femeie se plânge, în mod constant, soțului ei de oboseală, de vecini, de societate, de faptul că îmbătrânește... Soțul înțelege că este o revendicare neclară adresată lui, dar nu știe nici unde, nici când a greșit. Deși simte că reproșul subînțeleș îi este adresat, el nu poate să se apere.

O formă deloc elegantă a lamentației este aceea de a-l atinge pe celălalt în punctele lui slabe și de a-l face responsabil de ceea ce nu merge bine la persoana care se văicărește:

„Uită-te unde am ajuns din cauza ta!”

„Mă distrug pentru tine! Am făcut o depresie din cauza comportamentului tău!”

„Nu ești bun de nimic!”

Această formă de lamentație asigură o poziție superioară în relația cu interlocutorul a celui care o formulează. Victima care persecută îl poziționează pe celălalt în rolul de presupus persecutor. Cel care se vede definit astfel va acumula, în timp, resentimente împotriva victimei acuzatoare, ajungând să se îndepărteze de aceasta.

Când ne plângem de ceilalți și îi facem cauze ale celor ce ni se întâmplă, le transferăm vina și responsabilitatea pentru ceea ce ni se întâmplă:

„M-au constrans, m-au împiedicat să-mi dezvolt potențialul...”

„Nu m-au ghidat suficient.”

„Anturajul a fost de vină.”

„În lumea de azi, nu mai poți face nimic bun.”

Toate lipsurile persoanei care se văicărește, toate insuficiențele sale, esecurile, lipsa sa de performanță, toate se întâmplă din vina altora.

De asemenea, când persoana căreia îi place să se lamenteze povestește despre încercările prin care a trecut în viață, despre loviturile sorții, își arată curajul și meritul proprii, de a depăși „singură” toate piedicile ivite. Acest tip de persoană se valorizează plângându-se de greutățile pe care le-a avut de înfruntat și care nu au împiedicat-o să supraviețuiască...

O formă dominantă de conversație este aceea în care te plângi de un altul, când acesta nu este de față. Astfel, se creează un fel de complicitate, un sentiment de apartenență la un grup de oprimați. Un dușman comun poate fi o legătură puternică între cei care se lamentează.

Cunosc o femeie care, atunci când se ducea să-și viziteze părinții și rămânea singura cu tatăl ei, formula, întotdeauna cel puțin o plângere despre soțul ei:

„E mereu îmbufnat.”

„Tot mai bea.”

„Eu fac totul în casă, nu este niciodată aici când am nevoie de ajutorul lui.”

„Lipsește mult de acasă.”

La rândul lor, fiecare dintre părinți încearcă să-și atragă fiica într-o alianță împotriva celuilalt. Fidelitatea acesteia (care era pentru ambii părinți) era pusă la grea încercare. Aceasta pentru că părintele care se plânge cere, totodată, de la fiică și o aprobare a propriei sale conduite, o confirmare a propriei sale bune-credințe, acceptarea lamentațiilor ca fiind verosimile.

### **2.3. Consecințe nedorite**

Plângerea este, în același timp, o descărcare și o împărtășire. Pe cei apropiați îi enervează, de cele mai multe ori, aceste plângeri, pentru că îi fac să se simtă vinovați că au fost fericiți, că nu au aceleași probleme cu persoanele care se lamentează. Cei care se plâng neincetat, cei care fac mereu caz de nenorocul lor, te fac să pleci de lângă ei și îți provoacă un sentiment acut de respingere a celui care se plânge, din cauza oboselii de a tot asculta, mereu și mereu, aceleași lamentații. Deși se dorește o strategie de seducție, de apropiere a celuilalt, plângerea eșuează, de cele mai multe ori... Prin urmare, ce-ar fi să schimbăm strategia?

Oare ce am putea spune despre cei care stau retrași și nu se plâng, fiind mult prea conștienți că sunt responsabili pentru ceea ce li se întâmplă, prea mândri pentru a-și dezvalui slăbiciunile, prea neîncrezatori față de semenii lor?