

DEPRESIA ȘI OMUL DE AZI

O lume atinsă de depresie e o lume lipsită de bucurie și dragoste. E o lume alienată și însingurată, o lume urâtă, care și-a pierdut reperatele, în care s-a pierdut dimensiunea verticală și în care omul se desfășoară numai pe orizontala existenței, într-o diversitate infinită și goală. E o lume care nu mai are nimic de spus. O lume goală de Dumnezeu, în care bucuria e confundată adesea cu plăcerea. Or, bucuria adevărată ține de resorturi mult mai profunde, e împlinirea deplină a rostului tău ca om și e strâns legată de înaintarea în viața spirituală. Depresia apare atunci când oamenii nu-și înțeleg destinul, menirea lor pe acest pământ. Singurul sens al vieții e mântuirea. Doar că oamenii cred adesea că mântuirea e ceva ce ni se dă în urma unui verdict final, dacă am făcut niște fapte bune. Mântuirea e fericirea, e raiul. Raiul nu e un loc. Raiul e starea de relație cu Dumnezeu, care se trăiește încă de aici, de pe pământ. E greu să iubești o idee. De aceea Dumnezeu s-a făcut om, ca să ne învețe că îl putem iubi, iubindu-i pe cei de lângă noi. Mântuirea e dinamica acestei relații de iubire, cu toate suișurile și coborâșurile ei. Nimeni nu se poate împlini în afara iubirii, în afara unei relații. Oamenii uită că Dumnezeu nu este singur, Dumnezeu este o relație (o treime), iar noi suntem făcuți după asemănarea lui. Bucuria se cere împărtășită, nu se trăiește în singurătate. De aceea se spune că *cea mai mare fericire e să iubești și să fii iubit*.

Sunt mulți cei care vin să-și găsească liniștea la mânăstire, dar asta nu înseamnă că își deschid sufletul foarte ușor. Îi recunoști după chip. Un om nefericit e un om fără strălucire în privire. E apăsător, gârbovit, întunecat și agresiv, adesea. Când e nemulțumit de el însuși, omul e agresiv. E ca o fiară rănită, care suferă, e periculoasă și nu te lasă s-o ajuți. Dar de cele mai multe ori, în spatele violenței se ascunde nu răutate, ci suferință. Depresia e o stare de cădere. Apare dintr-o lipsă de împăcare a sufletului cu sine, cu Dumnezeu sau cu oamenii. E o stare de conflict, de ruptură interioară, între suflet și intelect. O lipsă de echilibru. Depresia înseamnă, în primul rând, o lipsă de

dragoste... De aceea, nu se poate scăpa de depresie fără acea iubire necondiționată, care nu pretinde nimic în schimb, care nu te judecă și nu te acuză, ci te primește și te odihnește. Ar trebui să fim noi înșine Dumnezeu unii pentru ceilalți, să-i odihnim și să le dăm încredere și adăpost, ca un refugiu pe munte, în timp de furtună. Să-i protejăm și să le fim casă. Când îl hrănești pe celălalt, îl hrănești, de fapt, pe Dumnezeu, când îl îmbrățișezi, el se îmbracă cu tine și nu-i mai e frig. Când îi vorbești, se încălzește la vorbele tale. Iubirea e singura scăpare. Am întâlnit oameni care și-au depășit stări vecine cu patologia. Nu erau împăcați, fiindcă nu puteau să ierte, iar starea aceea de neiertare îi măcina, îi deconstruia lăuntric. Când au reușit să ierte, să se împace, să-i primească pe cei care le-au greșit în inima lor, și-au revenit spectaculos. Trebuie doar să ai răbdare. Numai intrarea într-o relație de iubire cu ceilalți poate să astâmpere setea omului. Dar pentru asta trebuie să scape de obsesia sinelui... În spatele multor căutări ale omului se ascunde, de fapt, nevoia lui de divinitate. Oamenii tânjesc după starea de Dumnezeu. Suferă din cauza neputinței lor, simt că ar putea fi mai mult decât sunt. Dar acest mult mai mult îl transferă în afara lor, în loc să-l acumuleze interior. Tind să aibă în loc să devină. Tind să stăpânească, în loc să dăruiască. Orientată greșit, spre valorile lumii acesteia, tânjirea aceasta începe să se amestece cu frustrarea, fiindcă lucrurile finite nu pot satisface sufletul.

Nu ai cum să ajungi la starea de bine fără o lucrare spirituală. **Bucuria** nu vine decât de la izvorul bucuriei, care e Dumnezeu, nu vine decât **din trăirea iubirii**. Dar pentru asta, trebuie să ne curățăm ochii și să vedem în celălalt chipul lui Dumnezeu. Să trecem de negativele lui (căci negativele nu țin de profunzimea ființei, ci sunt un accident în ființa lui) și să privim mai adânc... Devenirea noastră ca ființe umane este imposibilă fără dragostea celorlalți. Fiecare om revelează în noi un alt mod al nostru de a fi în lume. Putem fi în foarte multe feluri, în funcție de câte relații profunde activăm în noi. Abia prin trăirea relației ne revelăm pe noi înșine