THE ROMANIAN BOOK-ACTIVE TOOL OF BIBLIOTHERAPY SINCE ITS FIRST APPEARANCE

Anca Laura Crăciun (Grigorov)
PhD. student, University of Bucharest

Abstract:Alhough the concept of bibliotherapy is quite recent in the Romanian literature, we aim to emphasize the role of this science, bibliotherapy, in the life of the community from the very beginning of the first printings in the Romanian language. Why such an approach? Due to the simple reason of the beneficial effect reading has brought on the entire community, the role of promoter through the book throughout history, has been studied rather superficially, being regarded as a contemporary concept. In other words, our study proposes that, starting with the religious literature adapted to the information flow of today, to fit the therapy through reading in the old times, namely to the period of the appearance of the first books.

Keywords: bibliotherapy, psychotherapy, old book, religious literature, therapy, reading.

Termenul de *biblioterapie* reprezintă un derivat pătruns din limba latină, format din cele două cuvinte: biblio și terapia. Pentru a putea stabili o direcție concretă de abordare a acestei idei se impune să începem cu o definirea celor două concepte amintite anterior. Biblio – rădăcina etimologică pentru definirea documentelor tipărite respectiv terapia, care reprezintă repararea unei stări de dezechilibru. Biblioterapia este văzută ca un proces interactiv, rezultând o integrare cu succes a valorilor și acțiunilor exercitate asupra unui individ sau grup de indivizi în vederea obținerii echilibrului stării emoționale.

Conceptul de lectură folosit în acest proces interactiv este larg. Citirea ca scop terapeutic este menționată pentru prima dată în Egiptul Antic, când Faraonul Ramses al–II-lea adaugă deasupra frontispiciului bibliotecii inscripția: "Remedii pentru suflet". Asocierea tratamentului medical cu lectura poate fi identificat și în perioada romană, atunci când, citirea și discutarea operelor marilor oratori romani era cunoscută ca sursă terapeutică în vederea dezvoltării capacității critice a pacienților. Aceeași asociere este identificată și la vechii greci, bibliotecile fiind cunoscute ca "spitale pentru suflet".

În studiul nostru, abordarea va fi dual㠄, tratând-o din perspectiva sacroterapiei (a psihoterapiei ortodoxe) și a biblioterapiei. Scopul nostru este acela de a demonstra suprapunerea, chiar și parțial a celor două științe. Întrucât ne-am propus ca demersul nostru să încadreze cartea veche cu conținut religios în susținerea ideii de reparare a dezechilibului menționat, nu avem cum, după cum menționam anterior, să nu facem trimitere și la psihoterapia ortodoxă. Aceasta reprezentând de fapt o terapie cognitiv comportamentală, care apelează la rugăciune, la sfatul specialistului teologic având ca rezultat final armonizarea trupului cu sufletul. Terapia prin

rugăciune sau sacroterapia cum este denumită în literatura de specialitate, reprezintă o modaliltate de obținere a echilibrului între cele trei componente: fizic – mental – spiritual. Dovedit științific că odată cu tratarea sufletului poate fi obținută și tratarea corpului, este inevitabil să nu sesizăm că biblioterapia și sacroterapia sunt științe complementare.

Biblioterapia a fost definită pentru prima oară în ediția din 1941 a Dicționarului medical ilustrat Dorland, ca fiind utilizarea cărților prin literatura de specialitate în tratarea bolnavilor mintali, aceasta venind în sprijinul psihoterapiei. Utilitatea ei a putut fi constatată în tratarea persoanelor cu depresie, temeri, fobii etc., acoperind patru aspecte importante: aplicarea medicală a literaturii, medicina, literatura dar și analiza medicală a literaturii, în vederea stabilirii rezultatelor asupra conportamentului individual.

"Biblioterapia poate fi, fie un proces de dezvoltare personală ca proces vindecător clinic, folosind literatură, filme selectate cu atenție de un personal specilizat și colectiv dezvoltând un proces de scriere creativă, cu discuții ghidate de un facilitator instruit în scopul promovării, integrării sentimentelor, gândurilor în vederea promovării auto-afirmării, auto-cunoașterii sau reabilitării."[1]

Cu alte cuvinte, biblioterapia reprezintă un proces interactiv de sentimente, valori și acțiuni, rezultând un proces armonios și echilibrat de creștere și dezvoltare personală.

Literatura de specialitate o descrie ca proces corectiv atât la nivel individual, cât și colectiv. La nivel individual, aceasta se descrie ca suport literar personalizat, permițând dezvoltarea normală și progresivă a individului, iar la nivel instituțional, terapie de grup asigurată de o echipă de profesioniști în vederea tratării, remedierii bolilor psihice, tulburărilor comportamentale prin oferirea literaturii adecvate acestor tulburări, cu atenta monitorizare a rezultatelor obținute.

Fiecare persoană își poate crea setul de valori și principiile după care trebuie să se conducă în viață prin intermediul lecturii, prin intermediul studiului, în acest mod, fiecare

> "... cartea își găsește destinatarul. Spiritul și litera, forma și conținutul stabilesc acea relație de la om la om prin care fiecare primește după nevoi și dă după posibilități. Fiecare carte ne îndeamnă la exigență, facându-ne mai buni. După o vorbă veche, cartea este cu adevărat acel "speculum humanae salvationis" oglinda mântuirii românești care apropie peste spațiu și timp pe cel care caută, cel care descoperă; oglindă în care licărește o speranță de viitor. "[2]

Conform literaturii religioase, îmbolnăvirea se datorează întunecării chipului lui Dumnezeu în om. Cu alte cuvinte, alterarea legăturii dintre creat și Creator reprezintă de fapt îmbolnăvirea spirituală atrăgând-o și pe cea de natură fizică. Pe de altă parte, definită ca terapie a stărilor nervoase prin lectură, bilioterapia reprezintă pentru literatura de specialitate un concept destul de recent intrat în limbajul nostru, cu toate că acesta își găsește aplicabilitatea încă din cele

[1] MARCINKO, Stephanie. *Bibliotherapy: pratical applications with disabled individuals. Current studies in Librarianship*, v.13, n.1/2, Spring/Fall 1989, p.2.

[2] FLOCON, Albert. *Universul cărților: Studiu istoric de la Origini până la sfârșitul secolului al XVIII-lea*. București: Ed. Științifică și Enciclopedică, 1976. pg. 5

mai vechi timpuri, încă de la momentul apariției primelor cărți cu conținut religios, în limba română.

Analizând cu atenție primele tipărituri cu conținut religios, nu avem cum să pierdem din vedere faptul că lectura nu reprezenta doar o simplă modalitate de cunoaștere, de desăvârșire spirituală, ci și un balsam al sufletului. Întreaga comunitate prezentă în locașurile de cult care asculta cu interes citirile din Sfânta Scriptură și alte cărți de natură religioasă, era pătrunsă de frumusețea mesajului, de muzicalitatea cuvintelor și în acest mod era destul de evidentă o însănătoșire, tămăduire a celor cu sufletul rătăcit, prin aceasta înțelegând de fapt

> „formularea caracterului social, adică plasarea tămăduirii într-o atmosferă moralizatoare[3], ori scopul lecturii în sine este de fapt unul moralizator, acela de a forma caractere individuale, ce pot fi integrate cu ușurință într-o comunitate, într-o societate.

Demonstrat științific, rolul rugăciunii atât în plan fizic cât și în plan spiritual, mental, prezintă efecte benefice asupra întregului organism uman. În plan fizic, prin rugăciune s-au constat îmbunătățiri ale ritmului cardiac, ale sistemului respirator, precum și diminuarea nevoii de oxigen. În plan spiritual, s-au constat semnificative modificări organice dar și comportamentale. Ținând cont de toate aceste informații nu putem omite rolul important pe care îl joacă lectura pentru îmbunătățirea vizibilă a vieții în comunitate.

În afara dobândirii unui bagaj informațional complex, putem sublinia rolul de *tămăduitor* pe care îl joacă lectura în viața celui care primește mesajul transmis. Tămăduirea prin lectură reprezintă de fapt cultivarea morală a principiilor de viață. Cele două științe: biblioterapia, pe de o parte și sacroterapia, pe de alta, cultivă aceleași principii:

- ✓ Iubirea de aprope;
- ✓ Iubirea față de Divinitate;
- ✓ Protejarea și respectarea întregii comunități (aici referindu-ne la Poruncile Decalogului, fiecare dintre acestea gasindu-se la baza formării și dezvoltării societății);
- ✓ Respectul față de trecut și valorile acestuia.

Toate aceste principii sunt cultivate prin intermediul lecturii și obțin rezultate asemănătoare, aici referindu-ne la luminarea chipului lui Dumnezeu în om, ieșirea de sub robia păcatului, recrearea echilibrului între om și Divinitate, într-un cuvânt îmbunătățirea spirituală a individului. Ambele științe, biblioterapia și sacroterapia au un instrument comun de promovare și cultivare și anume cartea.

Cartea, definită ca o ușă spre templu, de către Feodorov, cartea considerată de către Sperantia E. în lucrarea sa *Cartea despre carte*, un „organ al vieții spirituale”[4]. Autorul Litaniei bibliogfraphica apărută în Catalogus Gloriae Mundi al lui Chaseneux, presupusul Luca de Penna pastișează rândurile lui Cicero din Pro Archia considerând cartea lumina sufletului, oglinda trupului, dascăl al virtuții ... coroana celor înțelepți ... grădină plină de fructe, pajiște împodobită cu flori.

[3]VLACHOS, Hierotheos. *Psihoterapia ortodoxă:Știința Sfinților Părinți*,Timișoara: Ed. Învierea, 1998
[4]SPERANTIA, E. *Cartea despre carte sau Eflorescența spirituală* . București : Ed. Științifică și Enciclopedică, 1984

Dorința noastră de a demonstra că biblioterapia își găsește încă din vechime aplicabilitate, prin intermediul textelor religioase, este susținută de afirmația Mitropolitului Hierotheos Vlachos care considera că:

„Trebuie să vedem operele patristice, precum și cărțile Noului Testament ca texte vindecătoare și nu ca pretexte de a impresiona, încercând să fim la modă.”[5]

În continuare, studiul nostru va face câteva trimiteri la titluri concrete de tipărituri, cărți de cult care de-a lungul timpului și-au demonstrat puternicul impact și efect asupra celor care le citesc.

Lecturarea Sfintei Liturghii pe lângă crearea unei atmosfere duhovnicești desăvârșite, s-a dovedit a fi dătătoare de pace, liniște, care predispune pe credincios la pietate, la o stare de reculegere sufletească. Îndemnul citirii acesteia este dat chiar de Sfinții Apostoli, fiind considerată: „de folos spre învățătură”.[6]

> "Citirea din Sfânta Scriptură, care ne învață atât bunătatea și iubirea de oameni a lui Dumnezeu cât și dreptatea și judecata Lui, sădesc și aprind în sufletele noastre, nu numia iubiea și teama de El, făcându-ne astfel să fim mai zeloși, întru păzirea poruncilor Sale".[7]

Toate acestea la un loc îmbunătățesc sufletul și apropie oamenii unii de alții, ca mai apoi toți să se apropie de Divinitate. O altă lectură religioasă despre care ne-am propus să amintim este aceea a Pericopelor evanghelice. Citite în cadrul Sfintei Liturghii, reprezintă lumina pentru minte și suflet și au ca principal scop întărirea și vindecarea trupului. Acestea reprezintă de fapt textele filozofice, de mare profunzimecare au la bază un caracater didactic, învățăturile conducând spre înțelepciune:

> "Lecturile biblice sunt, alături de tot ritualul cultului, mijloace care sfințesc."[8]

Seria Psalmilor lecturați la Slujba din dimineța Paștelui, contribuie cu o paletă variată de trăiri, înzestrând sufletul cu speranță și încredere.

În afara textelor preluate din Sfânta Scriptură, în cult au mai fost utilizate și o serie de texte ce aparțineau unor autori care au trăit în epoca apostolică. Printre aceste texte, putem amintii despre seria Omiliilor, cea a Sinaxarelor, Mineelor etc. Titluri care, au fixat ca principal scop îmbunătățirea vieții individuale și implicit a conviețuirii individului în interiorul comunității din care provine. Cunoașterea literaturii religioase și caracterul direct al acesteia, fixează un scop principal comun tuturor științelor și anume acela de instruire și pregătire în vederea trăirii unei vieți ghidate de valorile morale ce stau la baza unei societăți educate.

Deși impactul lecturii în prelegerea noastră a fost redat strict din perspectiva sufletului, a spiritului, nu omitem nici efectul benefic al biblioterapiei pentru trup. În acest sens, amintim doar că au fost demonstrate științific efectele lecturii asupra sistemului nervos, al celui respirator, asupra circulației sangvine, relaxarea totală a mușchilor etc.

---

[5]VLACHOS, Hierotheos. *Psihoterapia ortodoxă: continuare și dezbateri*, București: Ed. Sofia, 2001

[6] BRANIȘTE, Ene. *Liturgica Generală*. București: Ed. Institutului Biblic și de misiune al Bisericii Ortodoxe Române, 1993.

[7] Ibidem 6

[8] Idem 7

Concluzii

Biblioterapia este un mijloc posibil și eficient de schimbare a comportamentului, de autocorecție și de instruire a indivizilor unei societăți. Deci, este o modalitate de a arăta că lectura poate deveni un mediu bogat pentru întâlnirea cu sine însuși. Prin intermdiul acesteia pot fi obținute informații culturale, învățături cu caracter moral-educator al unei comunități.

Prin intermediul studiului nostru am dorit să subliniem importanța literaturii religioase vechi, în dezvoltarea individuală, în crearea de caractere, prin respectarea unor principii și valori morale la care aderăm.

Sub acest aspect, putem conchide susținând că biblioterapia este un domeniu interdisciplinar în care conlucrează biblioteca, literatura, educația, medicina, psihologia și religia, având ca obiectiv principal schimbul de informații din aceste domenii, scopul final al acesteia fiind acela de a aplica cât mai eficient metoda lecturii în vederea echilibrării psihice, emoționale și morale a individului.

BIBLIOGRAPHY

1. BRANIŞTE, Ene. Liturgica Generală. București: Ed. Institutului Biblic și de misiune al Bisericii Ortodoxe Române, 1993.
2. CARTOJAN, N. Istoria literaturii române vechi. București : Minerva, 1980.
3. FLOCON, Al. Universul cărților : Studiu istoric de la origini până la sfârșitul sec. al XVIII-lea . București : Ed. Științifică și Enciclopedică, 1976.
4. MARCINKO, Stephanie. Bibliotherapy: pratical applications with disabled individuals. Current studies in Librarianship, v.13, n.1/2, Spring/Fall 1989
5. SPERANTIA, E. Cartea despre carte sau Eflorescența spirituală . București : Ed. Științifică și Enciclopedică, 1984.
6. VLACHOS, Hierotheos. Psihoterapia ortodoxă: continuare și dezbateri, București: Ed. Sofia, 2001.
7. VLACHOS, Hierotheos. Psihoterapia ortodoxă:Știința Sfinților Părinți,Timișoara: Ed. Învierea, 1998.
8. VLACHOS, Hierotheos. Boala și tămăduirea sufletului în tradiția ortodoxă, București: Ed. Sofia, 2001.