

## AUTOCUNOAȘTEREA SAU CITIM CA SĂ NE ÎNȚELEM PE NOI ÎNȘINE

Ecaterina DMITRIC

ORCID 0000-0003-4080-0953

### **Rezumat:**

Autocunoașterea este un proces complex și individual, explorat încă din cele mai vechi timpuri. Filosofii antici precum Socrate și Platon au considerat că autocunoașterea este un proces continuu, bazat pe reflecție și dialog. În viziunea lui Socrate cunoașterea nu poate fi predată, ci trebuie descoperită prin întrebări care dezvăluie adevărul interior al individului. În aceeași ordine de idei sondarea vieții interioare ne orientează spre cunoașterea naturii umane și posibilitatea de înțelegere a propriilor trăiri. Platon considera cunoașterea ca o reminiscență a unei viziuni anterioare a sufletului, sugerând că ne reamintim ceea ce deja știm.

Autocunoașterea nu se realizează doar prin auto-reflecție, ci și prin interacțiunile sociale și influențele din mediul înconjurător, cum ar fi familia, prietenii, mass-media, cărțile pe care le citim. Emil Cioran subliniază importanța lecturii pentru înțelegerea de sine, afirmând că citim pentru a ne explica propriile trăiri prin experiențele altora.

### **Cuvinte-cheie:**

autocunoaștere, autoeducație, dezvoltare personală, gândire, lectură.

### **Abstract:**

Self-knowledge is a complex and individual process, explored from ancient times. Philosophers Socrates and Plato considered self-knowledge a continuous process, based on reflection and dialogue. In Socra-

tes vision, knowledge cannot be taught, but discovered through questions that reveal the person's inner truth. So, testing the inner life guides us towards the knowledge of human nature and the possibility of understanding our own experiences. Plato considered knowledge as a remembrance of a previous vision of the soul, suggesting that we recall what we already know. Self-knowledge is achieved not only through self-reflection, but through social interactions and environmental influences: family, friends, mass-media, and the books we read. Emil Cioran emphasizes the importance of reading for self-understanding. He states that we read to explain our own feelings through the experience of others.

**Keywords:**

self-knowledge, self-study, personal development, thinking, reading.

Autocunoașterea este un subiect vast și o preocupare constantă a omului încă din cele mai vechi timpuri. O consemnare preliminară a conceptului *cunoaștere de sine* presupune capacitatea de a înțelege care sunt pasiunile și ce particularități îl definesc pe om, care îi este scopul în viață și care este calea pe care o parcurge în realizarea lui – aspectele pe care fiecare persoană le descoperă în mod individual. Din perspectiva filosofică fundamentul *autocunoașterii* se bazează pe cunoaștere și adevăr, care nu pot fi primite de-a gata, ci trebuie să fie dobândite de către individul însuși. În viziunea lui Socrate cunoașterea nu este un obiect fabricat, cu un conținut încheiat, transmisibil direct prin scriere sau printr-un discurs oarecare, ci este un proces continuu, bazat pe cercetarea propriei vieți [6]. Marele filosof afirma despre el însuși că nu știe nimic și nu învață nimic, ci se restrânge la a pune întrebări și aceste întrebări sau interogații sunt cele care îi ajută pe interlocutori să scoată la iveală propriul lui adevăr. O asemenea imagine lasă de înțeles că, în suflet, cunoașterea există, iar cel ce trebuie să o afle este individul însuși.

Sondarea vieții interioare ne orientează spre cunoașterea naturii umane și posibilitatea de înțelegere a propriilor trăiri. Filosofia lui

Socrate cuprinde două procedee: ironia și inducția. *Ironia* (*eirōneía*) este o metodă pur critică, formă de refutație prin absurd care conduce către îndoială, iar *inducția* (*epagogé, epaktikoi logoi*) este o metodă dogmatică, reprezentând „arta moștenirii inteligențelor” (*maieutiké*), care cu ajutorul exemplelor și al definițiilor progresive conduce către descoperirea soluției problemei. În acest sens, lectura oferă idei și definiții progresive care oferă posibilitatea de a dezvolta gândirea și a reflecta asupra opiniilor proprii.

Pierre Hadot subliniază că, în viziunea platoniciană, întreaga cunoaștere reprezintă reminiscența unei viziuni pe care sufletul a avut-o într-o existență anterioară [6]. Această idee este evidențiată în dialogul lui Platon „Phaidon”, sugerând că „învățarea nu este pentru noi, de fapt, decât o reamintire și ea, dacă e întemeiată, ne silește să admitem [...] că trebuie să fi învățat cândva mai demult ceea ce ne reamintim acum” [8, p. 64]. Această perspectivă semnalează că adevărata cunoaștere nu se dobândește din afară, ci se redescoperă în interiorul sufletului, printr-un proces de anamneză.

Autocunoașterea nu se bazează doar pe autorefecție abstractă, dar și pe asumarea unor roluri în diferite grupuri sociale, prin care oamenii sunt conectați. Învățarea continuă despre semnificația umană își are rostul în activitățile și relațiile umane prin influența părinților, prietenilor, cărților și revistelor pe care le citim, a televiziunii, radioului și internetului – toate acestea oferă modalități de reprezentare a ceea ce suntem.

Evoluția începe de la cunoașterea de sine. Efectul terapeutic al lecturii este demonstrat prin diverse studii. Prin lectură, pornim într-o călătorie spre sine, unde găsim starea de împăcare și echilibrul spiritual. În acest sens, marele filosof român E. Cioran remarcă: „Întotdeauna am citit doar pentru a găsi în trăirile altora ceva care să mi le explice pe ale mele. Trebuie să citești nu ca să-l înțelegi pe altul, ci ca să te înțelegi pe tine însuși” [3, p. 203]. Pornind de la această idee, putem constata că lecturile reprezintă o modalitate de desăvârșire a omului și de depășire a condiției umane.

N. Berdiaev, meditănd despre cunoașterea de sine și despre nevoia de a te înțelege pe sine, menționa, în lucrarea sa *Cunoașterea de sine. Exercițiu de autobiografie filozofică*, faptul că „a-ți conștientiza propriul tip și propriul destin” sugerează aceeași idee privind reflecțiile asupra propriei vieți. Într-un sens mai larg, din perspectiva filosofiei existențialiste, remarcă faptul că „cea mai existențială este propria existență” [2].

Lectura unui text literar fie că este vorba de cel estetic sau unul de pură comunicare presupune o descoperire de sine. Aceasta presupune un proces de învățare, de decodificare, de închidere și deschidere de sine. Textul literar are capacitatea de a genera o experiență estetică unică pentru cititor, influențându-i emoțiile, gândurile și percepțiile. Prin structura sa narativă, stilul și limbajul utilizat, textul poate crea o atmosferă specifică și poate transmite stări afective complexe. Cititorul se poate identifica cu personajele și situațiile prezentate, trăind indirect experiențele acestora. De asemenea, textul literar poate stimula reflecții profunde asupra temelor universale, cum ar fi dragostea, moartea, libertatea și condiția umană. Astfel lectura devine nu doar un act de consumare a unui conținut, ci și un proces de autodescoperire și transformare personală. Textul literar acționează asupra cititorului prin crearea unui dialog intern, care îi permite acestuia să exploreze perspective diferite și să își formeze propriile interpretări. Prin golurile și ambiguitățile textului, cititorul este provocat să își folosească imaginația și experiența personală pentru a completa și a da sens narațiunii. Acest proces nu doar îmbogățește înțelegerea operei, dar contribuie și la dezvoltarea capacităților critice și empatice ale cititorului, facilitând o conexiune profundă cu textul și o reflecție asupra propriei realități și identități.

A fi ceea ce suntem înseamnă a fi implicat în procesul de dezvoltare continuă și de extindere a cunoștințelor în vederea asumării responsabilității față de sine. Ideea de a dobândi o cunoaștere de sine și o pricepere a lucrurilor deschide posibilități omului de a-și găsi vocația și scopul în viață.

Procesul autoeducației implică câteva aspecte privind asumarea responsabilității în vederea formării personalității. Pot fi evidențiate următoarele:

- Obiectul și subiectul educației se suprapun și atribuțiile lor sunt preluate de către una și aceeași persoană.
- Autoeducația are loc prin sine însuși și nu prin alții.
- Autodidactul își propune scopuri și obiective, își organizează procesul de învățare și își evaluează performanțele obținute de sine stătător.
- Autoeducația presupune aspectele devenirii umane.
- Autoeducația nu apare în mod spontan, fiind o necesitate de satisfacere a cerințelor educaționale care facilitează integrarea autodidactului în viața socială.

O abordare originală privind desăvârșirea personalității prin lectură este reflectată în scrierile lui M.J. Adler. Savantul american considera că lectura, într-o mare măsură, are o deosebită putere în depășirea tuturor barierelor care stau în calea omului spre desăvârșire [8].

În contextul formării capacităților de autocunoaștere, putem specifica următoarele comparații între procesul de *lectură* și cel de *instruire*, pe care M. J. Adler le-a sintetizat schematic în tabelul următor:

**Tabelul nr. 1.** *Compararea procesului de lectură și a procesului de instruire*

Tipul lecturii	Tipul instruirii	Tipuri de cărți
I. de plăcere II. pentru cunoaștere  A. cu scop de informare B. cu scop de înțelegere	I. o cale de a descoperi: fără ajutorul profesorului II. o cale de primi cunoștințe: cu ajutorul profesorului  A. prin ascultarea lecțiilor coordonate de un profesor B. lectura cărților desinestător	I. repovestirea și redarea conținutului altor cărți II. Conținut original
<b>Concluzii:</b>		
1. lectura II (A) caracteristică primei (I) tipologii de cărți 2. lectura II (B) caracteristică a doua (II) tipologie de cărți		

În procesul autocunoașterii și autoeducației, savantul american recomandă o listă de cărți din toate timpurile, cuprinzând o selecție de literatură artistică și cărți axate pe domeniile: istorie, sociologie, matematică, filosofie, omul și societatea etc. [8, pp. 322-330]. Această selecție de cărți reprezintă un fundament de bază în procesul dezvoltării personale și poate servi ca instrument de lucru pentru profesori, bibliotecari etc. Autoeducația are un impact asupra dezvoltării personalității, prin aceasta se înfăptuiesc acțiuni autoimpuse ce favorizează condiții și rezultate ale cunoașterii de sine. M.J. Adler face o trimitere și la experiențele unor studenți care își făceau studiile la colegiu, remarcând faptul că aceștia citesc de dragul informației, în scop de a trece examenul și lucrările de curs. Din acest considerent, ei nu încearcă să identifice legătura esențială a cărților cu propriile experiențe de viață. În această ordine de idei, citind cu scopul de a fi informați, cunoaștem doar fapte, dar nu și sensul adevărat al conținutului.

Sistemul de autoeducație propus de N. Rubakin își are rostul atunci când cititorul, în urma celor citite, își dezvoltă gândirea critică, poate să argumenteze opiniile, să formuleze idei și să devină creative [9]. Cărțile recomandate sunt cele beletristice și științifice. În mare măsură, există multe cărți care îl ajută pe cititor să-și atingă scopul în viață prin autorefecție. Drumul este deschis tuturor în utilizarea cărților ca instrument de cunoaștere și, îndeosebi, dezvoltă gândirea și deschide diverse oportunități de dezvoltare. Una din cerințele autoeducației este felul nostru de a ne informa din surse sigure și fapte credibile. Pe lângă crearea unei viziuni asupra lumii, procesul de autoeducație are rolul și de formare a personalității, proces care include și partea emoțională: voința, diferite aspirații etc. Tehnicile de lectură dezvoltate de N. Rubakin, axate pe beletristică și literatura științifică, sunt orientate spre principiul individualizării cititorului și adaptate în conformitate cu trăsăturile lui de caracter. Astfel, prin asemenea modalitate, cititorul dobândește cunoștințe vaste și contribuie la dezvoltarea abilităților de gândire.

Filosoful W. Durant sugerează că acordarea a 7 ore pe săptămână

lecturii are un efect considerabil: timp de patru ani se produce o schimbare în gândire prin influențarea modului de a fi, de a acționa și a comunica cu semenii. Subliniind efectul de alinare a omului prin lectură, acesta remarcă că, „atunci când viața este amară sau prietenia se pierde, ori copiii ne părăsesc pentru propriile obsesii și case, vom veni și vom sta la masa cu Shakespeare și Goethe, vom râde de lume cu Rabelais. Pentru că aceștia sunt prietenii care ne dau doar tot ce au mai bun, care nu ne ceartă niciodată și care așteaptă întotdeauna chemarea noastră. Când îi vom fi însoțit o vreme și vom fi ascultat cu umilință discursul lor, ne vom fi vindecat de neputințele noastre și vom cunoaște pacea care vine din înțelegere” [4, p. 91].

Impactul lecturii asupra dezvoltării personale reprezintă o cale accesibilă tuturor. În acest sens, listele de literatură sunt esențiale în realizarea acestui demers. Savanții menționați anterior M. Adler, N. Rubakin și W. Durant au recomandat liste efective de literatură în procesul de autoeducație axate pe beletristică și literatura științifică.

Eficiența lecturii ca factor de dezvoltare personală acționează asupra modului de viață social și cultural, asupra creșterii progresului economic, îmbunătățirii calității vieții, combaterii analfabetismului funcțional, a sărăciei și a șomajului. Promovarea și valorificarea cărților importante reprezintă un aspect substanțial în activitatea oamenilor de cultură. În multitudinea de informații, este necesar ca specialiștii din domeniu să aducă cartea de valoare mai aproape de cititor. Capacitatea creativă de a prezenta cartea sub forma a unui video sau a unei imagini potrivit/e, apt/e de a stârni interesul și curiozitatea asupra textului, este esențială în măsura în care tehnologiile reprezintă doar instrumente de lucru și nu esența în sine. Lectura aprofundată într-un mod organizat este o metodă de dezvoltare personală accesibilă tuturor și sunt necesare doar voința și entuziasmul pentru a fi aplicată în practică. Aceasta contribuie la prosperarea societății, care începe de la propriile atitudini ale fiecărui cetățean în parte.

### **Referințe bibliografice:**

1. ADLER, Mortimer J. și Charles VAN DOREN. *Cum se citește o carte: Ghidul clasic pentru o lectură inteligentă*. Pitești: Paralela 45, 2023. 390 p. ISBN 978-973-47-3864-9.
2. BERDEAEV, Nikolai. *Cunoașterea de sine. Exercițiu de autobiografie filozofică*. București: Humanitas, 1998. 320 p. ISBN 973-28-0904-3.
3. CIORAN, Emil. *Caiete, vol II*. București: Humanitas, 1999. 405 p. ISBN 978-973-50-2656-1.
4. DURANT, Will. *Cele mai strălucite minți și idei ale tuturor timpurilor*. București: Litera, 2022. 144 p. ISBN 978-606-33-8163-8.
5. ENĂCHESCU, Constantin. *Socrate (Descoperirea omului și cunoașterea de sine)*. București: Casa editorială ODEON, 1994, 136 p. ISBN 973-9008-41-0.
6. HADOT, Pierre. *Ce este filosofia antică?* Iași: Polirom, 2020. 432 p. ISBN 978-606-40-0824-4.
7. ISER, Wolfgang. *Actul lecturii o teorie a efectului estetic*. Pitești: Paralela 45, 2006. 472 p. ISBN (10) 973-697-810-9; ISBN (13) 978-973-697-810-4.
8. АДЛЕР, Мортимер. *Как читать книги = How to Read a Book : A Guide to Reading the Great Books : Руководство по чтению великих произведений*. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2011. 336 p. ISBN 978-5-91657-186-8.
9. РУБАКИН, Николай. *Библиологическая психология*. Москва, 2006. 800 с. ISBN 5-8291-0650-7.