

Dr. ALEXANDRU CREȚU

**ATENȚIA ÎN VIAȚA DUHOVNICEASCĂ:
IMPORTANTĂ, PIEDICI ȘI REMEDII**

DOXOLOGIA
Iași, 2025

Cuprins

<i>Cuvânt înainte</i> (Prof. Univ. Dr. Pr. Ioan C. Teșu)	15
<i>Mulțumiri</i>	18
Introducere	20
Argument	20
Stadiul actual al cercetării	21
Noutatea lucrării.....	26
Metode de cercetare	28
Structura lucrării.....	29
I. Distincții preliminare (de ordin lingvistic, teologic, filosofic și științific) cu privire la atenție	32
I.1. Cuvântul „atenție” – precizări de ordin lingvistic	32
I.1.1. Etimologia cuvântului „atenție”	32
I.1.2. Sensuri și sinonime ale cuvântului προσοχή în scrierile filosofice (secolele al III-lea î.Hr. – al III-lea d.Hr.)	35
I.1.3. Sensuri și sinonime ale cuvântului προσοχή în cărțile Sfintei Scripturi	37
I.1.3.1. Termeni folosiți pentru „atenție” în Septuaginta	38
I.1.3.2. Termeni folosiți pentru atenție în cărțile Noului Testament	39
I.1.4. Sensuri ale cuvântului προσοχή în scrierile Sfinților Părinți și ale scriitorilor bisericești (secolele al II-lea – al IV-lea)	41
I.1.5. Definiții ale atenției.....	43
I.1.6. Cuvântul „atenție” în limba română: înțelesuri și sinonime	50
I.2. Viața duhovnicească – repere scripturistice și patristice	51
I.2.1. Sfânta Taină a Botezului – începutul vieții duhovnicești.....	52
I.2.2. Omul trupesc și omul duhovnicesc.....	54
I.2.3. Caracteristici ale vieții duhovnicești prezente în <i>Filocalie</i>	59
I.2.3.1. Defăimarea de sine („să se defăimeze pe sine însuși”).....	59
I.2.3.2. Lepădarea de voia proprie („să-și arunce voința sa la spate”)	62
I.2.3.3. Smerita cugetare („să se aștearnă sub picioarele a toată făptura”).....	64
I.2.4. Semnele vieții duhovnicești și ale vieții virtuose în lumina scrierilor Sfântului Ioan Gură de Aur	70

I.3. Elemente de antropologie în gândirea	
Părinților și scriitorilor bisericești	73
I.3.1. Locul atenției în rândul puterilor sufletești ale omului.....	73
I.3.1.1. Omul, ca taină teologică – trup și suflet.....	73
I.3.1.2. Structura tripartită a sufletului – repere patristice.....	77
I.3.2. Simțurile sufletești (sau duhovnicești) și simțurile trupești și	
relația lor cu puterea atentivă a minții	83
I.3.2.1. Simțurile sufletești sau duhovnicești și lucrarea lor	
în viața duhovnicească	83
I.3.2.2. Simțurile trupului și paza lor în urcușul	
vieții duhovnicești	90
I.3.3. Trupul și atenția – influența (i)mobilității trupului	
asupra atenției.....	95
I.3.3.1. Rolul tăcerii în procesul atentiv	98
I.3.4. Despre temperament și caracter, ereditate, mediu și educație.....	103
I.4. Cuvinte și exerciții spirituale care fac referire la atenție	
în literatura filosofică antică	106
I.4.1. Noțiunea de atenție la Aristotel	107
I.4.2. Προσοχή – „atitudinea [spirituală] fundamentală	
a filosofului stoic sau platonician”	109
I.4.3. Stultitia – „agitația sufletului, a minții și a atenției”	112
I.4.4. Επιμέλεια – îngrijire, preocupare, grijă.....	113
I.4.5. Προσέχειν τὸν νοῦν – întoarcerea privirii către sine.....	115
I.4.6. Ἀκούειν – ascultarea: primul exercițiu ascetic al novicilor... 118	
I.4.7. Παράστημα – „atenție îndreptată spre	
fluxul reprezentării”	119
I.5. Cercetarea științifică a atenției în psihologie	
– prezentare istorică	121
I.5.1. Secolele al XVI-lea – al XIX-lea (prima jumătate)	122
I.5.2. Perioada 1860-1909.....	124
I.5.3. Perioada 1910-1949.....	128
I.5.4. Perioada 1950-1974.....	129
I.5.5. 1975 - începutul secolului al XXI-lea	134
I.6. Caracteristicile atenției – elemente de psihologie.....	139
I.6.1. Selectivitatea atenției	141
I.6.1.1. Orbirea neatențională	143
I.6.1.2. Orbirea față de schimbare.....	145
I.6.2. Orientarea (mobilitatea sau flexibilitatea) atenției	146
I.6.2.1. Atenția voluntară și involuntară.....	148
I.6.3. Susținerea atenției sau vigilența	150
I.7. Rolul memoriei, motivației și al stărilor afective în	
procesul atentiv	152
I.7.1. Neurocerebrologie și neurofiziologia atenției	
– noțiuni elementare	152
I.7.2. Memoria și atenția.....	156

I.7.2.1. Forme sau tipuri de memorie	156
I.7.2.1.1. Memoria senzorială (MS)	157
I.7.2.1.2. Memoria de scurtă durată (MSD)	158
I.7.2.1.3. Memoria de lucru (ML)	159
I.7.2.1.4. Memoria de lungă durată (MLD)	161
I.7.2.2. Relația dintre memorie și atenție	163
I.7.3. Atenția și motivația	166
I.7.4. Stările afective și atenția	169
I.7.4.1. Stările afective elementare (plăcerea și durerea senzorială) și rolul lor în procesul atentiv	170
I.7.4.1.1. Plăcerea și durerea în lumina vieții duhovnicești	174
I.7.4.2. Rolul emoțiilor în procesul atentiv	176
I.7.4.2.1. Legătura dintre emoție și atenție în viața duhovnicească	182
I.7.4.3. Dispozițiile și rolul lor în procesul atentiv	185
I.7.4.3.1. Dispozițiile în lumina vieții duhovnicești	186
I.7.4.4. Rolul sentimentelor și al pasiunilor în procesul atentiv	188
I.7.4.5. Afectele și patimile. Influența lor asupra stării atentive	191
I.7.4.5.1. Mecanismul duhovnicesc și psihologic al creării dependențelor sau al patimilor	193
Concluzii preliminare	197
II. Importanța atenției în viața duhovnicească	200
II.1. Importanța atenției în viața duhovnicească – repere scripturistice	202
II.1.1. Atenția la Dumnezeu și la cuvintele Sale	204
II.1.1.1. „Luați aminte, poporul meu, la legea mea, plecați urechile voastre spre graiurile gurii mele” (Ps. 77, 1) sau importanța atenției la cuvintele lui Dumnezeu	204
II.1.1.2. Atenția acordată cuvintelor lui Dumnezeu din Sfânta Scriptură	208
II.1.1.2.1. Citirea cu atenție a scrierilor sfinte (atunci când textul scripturistic se află în atenția vizuală)	210
II.1.1.2.2. Ascultarea (cu atenție a) cuvintelor din Sfânta Scriptură	212
II.1.1.2.3. Aducerea aminte de anumite pasaje sau fragmente din Sfânta Scriptură (atunci când nu există posibilitatea de a avea textul scripturistic în atenția vizuală)	213
II.1.1.2.4. Mutarea atenției de la interpretarea literală a Sfintei Scripturi la cea duhovnicească	215
II.1.1.2.5. Consecințele asupra vieții duhovnicești ale (ne)luării în seamă a cuvintelor lui Dumnezeu	216
II.1.1.3. Atenția acordată cuvântului lui Dumnezeu primit prin gura duhovnicului	218

II.1.2. Două practici esențiale vieții duhovnicești: atenția asupra propriei vieți și starea de priveghere.....	219
II.1.2.1. „Ia aminte la tine însuți” (πρόσεχε σεαυτῷ) (Iș. 23, 21; 1 Tim. 4, 16)	219
II.1.2.1.1. Mărturii din Vechiul Testament	219
II.1.2.1.2. Îndemnuri ale Mântuitorului	222
II.1.2.1.3. Îndemnuri ale Sfântului Apostol Pavel	225
II.1.2.2. „Privegheați și vă rugați” (Mat. 26, 41)	227
II.1.3. Atenția și grija față de creație.....	232
II.1.3.1. Învățătura ortodoxă privind raționalitatea intrinsecă a creației	232
II.1.3.2. Creația – expresie a iubirii, înțelepciunii și frumuseții Creatorului	234
II.1.3.3. Folosirea creației potrivit scopului pentru care a fost creată	234
II.1.3.4. Atenția acordată raționalității prezente în lume și contemplarea lui Dumnezeu	238
II.1.3.5. Extragerea învățăturilor din creație și imitarea legilor naturale ale lumii	240
II.1.3.6. Păcatul omenesc și consecințele ecologice ale neglijenței față de creație	242
II.1.3.7. Restaurarea relației omului cu creația	244
II.2. Importanța atenției în viața duhovnicească – repere filocalice.....	244
II.2.1. Supravegherea de sine	247
II.2.2. Cercetarea de sine	255
II.2.2.1. Importanța cercetării de sine.....	256
II.2.2.2. Obiectul cercetării	258
II.2.2.3. Momentele potrivite pentru cercetarea de sine	262
II.2.2.4. Două lucrări ale vieții spirituale ajută la îmbunătățirea cercetării de sine	263
II.2.2.5. Modul în care Părinții recomandau să se facă cercetarea de sine.....	264
II.2.2.6. Ritmicitatea cercetării de sine	265
II.2.3. Gândurile și rolul atenției în paza minții	267
II.2.3.1. Gândul – definiție și clasificare.....	267
II.2.3.2. Importanța gândurilor în viața duhovnicească.....	273
II.2.3.3. Momeala (atacul diavolului) – importanța atenției în surprinderea, analizarea și respingerea momelii	276
II.2.3.4. Importanța atenției în supravegherea și paza gândurilor.....	282
II.2.4. Importanța atenției în timpul rugăciunii	289
II.2.4.1. Importanța atenției la rugăciune și rugăciunea curată ...	291
II.2.4.2. Rugăciunea, atenția și iubirea de Dumnezeu	296
II.2.4.3. Poziția trupului la rugăciune și starea atentivă la rugăciune	298

II.2.4.4. Folioasele rugăciunii curate și neîmprăștiate	299
II.2.4.5. Golul minții, moartea mistică a minții sau atenția exclusivă la Dumnezeu	300
II.2.5. Rolul atenției în procesul de spiritualizare a trupului	303
II.2.6. Atenția față de aproapele ca semn al iubirii și al preocupării de ceilalți	306
II.2.6.1. Iubirea și atenția față de Dumnezeu – fundament al dragostei față de aproapele	306
II.2.6.2. False forme ale atenției în raport cu aproapele	312
II.2.6.3. Atenția din dragoste față de aproapele ca semn al iubirii dumnezeiești	313
II.2.6.4. Mai multă iubire înseamnă mai multă atenție	321
II.2.6.5. Unirea paradoxală între privirea la cei din afară și atenția la sine	324
II.2.6.6. Atenția și neatenția față de greșelile aproapelui	327
II.3. Importanța atenției în cadrul liturghiei launtrice și al Sfintei Liturghii	330
II.3.1. De la προσπάθεια (prospátheia) minții la ἀπάθεια (apátheia) și îndumnezeire sau liturghia minții	330
II.3.2. Îndemnuri privind sporirea atenției în cadrul Sfintei Liturghii	332
II.3.2.1. Să luăm aminte!	334
II.3.2.2. Înțelepciune, dreptți, să ascultăm [Sfânta Evanghelie]!	336
II.3.2.3. Toată grija cea lumească acum să o lepădăm	338
II.3.3. Importanța și folioasele participării cu atenție la Sfânta Liturghie	340
Concluzii preliminare	341
III. Provocări ale societății contemporane în calea atenției și a cultivării ei în viața duhovnicească	345
III.1. Momelile lumii și consecințele duhovnicești ale întoarcerii atenției de la Dumnezeu spre lume	346
III.1.1. Mentalitatea lumească sau „duhul lumii” (1 Cor. 2, 12) și caracteristicile sale. Implicații asupra trezviei minții și a vieții duhovnicești	346
III.1.2. Idolatrizarea lumii prin dăruirea timpului și a atenției	354
III.1.3. Păcatele și patimile sau orientarea greșită a atenției	356
III.1.3.1. Iubirea trupestă de noi înșine (φιλαυτία) sau orientarea atenției către propria persoană	360
III.1.3.2. Iubirea de bani (arginți) – deturnare a atenției de la valorile duhovnicești la bunurile materiale	366
III.1.3.2.1. Arghirofilia – piedică în calea lipirii inimii de Dumnezeu	366
III.1.3.2.2. Arghirofilia și implicațiile acesteia asupra dispoziției atente față de aproapele și de propria persoană	369

III.1.3.3. Mânia – întunecarea minții și folosirea deficitară atenției	371
III.1.3.4. Afectarea funcțiilor atenției prin consumul de droguri și alcool. Efectele consumului de droguri și alcool asupra stării atente	374
III.1.4. Grijile lumești – factor de distragere a atenției de la Dumnezeu	378
III.1.5. Războiul diavolilor și lupta lor de distragere a atenției de la cele dumnezeiești	386
III.2. Noile media, mediul online și viața duhovnicească	392
III.2.1. Noile media și media de socializare – prezența tehnologiei digitale în viața omului contemporan.....	393
III.2.1.1. Oportunitățile sau beneficiile utilizării mediei de socializare	394
III.2.1.2. Efectele negative ale utilizării excesive a mediei de socializare	396
III.2.2. Noile media și mediul online – implicații asupra atenției în viața duhovnicească	403
III.2.2.1. Efectele telefoanelor inteligente asupra sănătății umane	410
III.2.2.1.1. Telefonul mobil în atenția vizuală	410
III.2.2.1.2. Impactul distragerii atenției de către telefonul mobil asupra șoferilor și pietonilor	411
III.2.2.2. Jocurile video – captare a atenției într-o buclă a dependenței	415
III.2.2.3. Efectele negative ale televizorului asupra sănătății trupești și a atenției sufletești	418
III.2.2.3.1. Televizorul – spațiu al evadării din realitatea cotidiană sau ocuparea deficitară a timpului și atenției.....	419
III.2.2.3.2. Efectele negative ale televizorului în viața copiilor și adolescenților cauzate de captarea atenției pe o durată mai lungă de timp	422
III.2.2.4. Atenția în mediul online. Implicații asupra sănătății trupești și sufletești	429
III.2.2.4.1. Noile tehnologii – „remedii” împotriva solitudinii	429
III.2.2.4.2. Câteva din efectele negative ale utilizării neglijente ale noilor tehnologii: tulburări de somn, comportament sedentar și obezitate	433
III.2.2.4.3. Interferențele și fragmentarea atenției	434
III.3. Factori de perturbare a atenției prezenți în lumea contemporană ...	438
III.3.1. Poluarea acustică sau fonică și consecințele asupra atenției....	439
III.3.2. Supraîncărcarea senzorială și informațională și consecințele asupra atenției	442

III.3.3. Privarea de somn și problemele de atenție.....	445
III.3.4. <i>Multitasking</i> -ul: atenție tulburată. Mit sau realitate?.....	448
III.3.4.1. Provocări la adresa etosului activităților de tip <i>multitasking</i>	450
Concluzii preliminare	454
IV. Recomandări pentru îmbunătățirea atenției în viața duhovnicească	456
IV.1. Îmbunătățirea atenției în viața duhovnicească	
– recomandări scripturistice și filocalice	460
IV.1.1. Tămăduirea de patimi – început al dobândirii iubirii și a virtuții atenției.....	460
IV.1.2. Paza simțurilor sau grija duhovnicească față de trup.....	463
IV.1.2.1. Paza văzului sau a simțului vizual	465
IV.1.2.2. Paza auzului sau a simțului auditiv	471
IV.1.2.3. Paza mirosului sau a simțului olfactiv.....	477
IV.1.2.4. Paza gustului sau a simțului gustativ	479
IV.1.2.5. Paza pipăitului sau a simțului tactil	481
IV.1.3. Paza gândurilor sau „privegherea minții”	482
IV.1.3.1. Supravegherea gândurilor și împotrivirea	484
IV.1.3.2. Chemarea lui Iisus în lupta cu gândurile	487
IV.1.3.3. Alte metode filocalice prin care se poate păzi mintea	489
IV.1.4. Paza inimii.....	492
IV.1.4.1. Lucrările sau nevoințele exterioare care păzesc inima	494
IV.1.4.2. Lucrările interioare sau nevoințele lăuntrice care păzesc inima.....	497
IV.1.5. Detoxificare digital-media și hipostimulare cognitiv-informațională.....	503
IV.1.5.1. Rolul adulților în educarea copiilor în epoca digitală ...	504
IV.1.5.2. Detașarea de mediul digital. Utopie sau soluție?	506
IV.1.5.2.1. Câteva strategii practice în vederea odihnei cognitive și a diminuării interferențelor	507
IV.1.5.2.2. Fructificarea zilelor de post	510
IV.1.5.3. Reconfigurarea mediului în care trăim	512
IV.1.5.4. Câteva dintre beneficiile lecturii de pe hârtia tipărită ...	515
IV.2. Atenția ca lucrare continuă în viața duhovnicească	516
IV.2.1. Modul în care virtuțile teologice (credința, nădejdea și dragostea) îmbunătățesc atenția în viața duhovnicească	516
IV.2.1.1. Credința - virtutea prin care este îndreptată atenția către Dumnezeu și ignorat „duhul lumii” (1 Cor. 2, 12).....	518
IV.2.1.2. Nădejdea – atenția îndreptată spre ajutorul lui Dumnezeu	524
IV.2.1.3. Dragostea – culme a vieții creștine	528
IV.2.1.3.1. Manifestarea atenției față de aproapele – recomandări practice ale Cuviosului Isaia Pustnicul	533
IV.2.1.4. Dobândirea celor trei virtuți teologice	537

IV.2.2. Remedii pentru împrăștierea minții	540
IV.2.2.1. Osteneala sau nevoința trupească.....	541
IV.2.2.2. Citirea dumnezeieștilor Scripturi și a cărților duhovnicești	545
IV.2.2.3. Liniștirea sau oprirea din împrăștierea în lumea din afară.....	546
IV.2.2.3.1. Retragera din împrăștierea produsă de lume	547
IV.2.2.3.2. Iertarea – calea spre liniștire	552
IV.2.2.4. Strădania sau efortul constant spre rugăciunea neîncetată	554
IV.2.3. Rolul duhovnicului în lucrarea trezviei.....	556
IV.2.4. Sfânta Împărtășanie – medicament „spre trezvia sufletului”	560
IV.2.5. Participarea la slujbele Bisericii – mijloc de fortificare a vieții duhovnicești și de reorientare a atenției spre Dumnezeu	565
IV.2.5.1. Comportamentul credinciosului în timpul slujbelor. Recomandări practice	569
IV.2.6. Sfaturi practice ale Părinților filocalici cu privire la îmbunătățirea atenției în rugăciune	572
IV.2.6.1. Starea de pocăință și conștientizarea prezenței lui Dumnezeu	572
IV.2.6.2. Intenția și dorința de a fi atent la rugăciune.....	573
IV.2.6.3. Liniștirea prin tăcere, înfrânare, priveghere, smerenie și răbdare	574
IV.2.6.4. Citirea cărților (sau a textelor) care pot ridica mintea la înțelesurile duhovnicești	577
IV.2.6.5. Rostirea cuvintelor cu trezvie.....	578
IV.2.6.6. Supravegherea minții și repetarea cuvintelor care au fost rostite fără atenție.....	580
IV.2.6.7. Introducerea unui ritm mai lent.....	582
IV.2.6.8. Neluarea în seamă a gândurilor care distrag atenția de la rugăciune.....	583
IV.2.6.9. Identificarea cu cuvintele rugăciunii citite	584
IV.2.6.10. Efortul constant și cultivarea permanentă a atenției....	586
IV.2.6.11. Asceza (negativă și pozitivă) și ajutorul lui Dumnezeu	589
IV.2.7. Un singur lucru pe o singură unitate de timp sau evitarea activităților care implică atenție divizată.....	593
IV.2.8. Îndreptarea atenției sau grija și dragostea pentru semenii noștri: comuniunea personală cu Dumnezeu exprimată în comunitatea din care facem parte.....	595
IV.2.8.1. Modul stăruitor de viețuire creștin prezentat în Faptele Apostolilor 2, 42	595
IV.2.9. Atenția ca lucrare continuă: mutarea atenției de la cele pământești la cele cerești.....	602

IV.2.9.1. Grija și râvnă constantă pentru cele duhovnicești și disprețuirea celor vremelnice, trupești și păcătoase	602
IV.2.9.2. Aducerea în ML a cunoștințelor din MLD	604
IV.2.9.3. Simplitatea și simplificarea vieții	606
IV.2.9.4. Indicii de reactualizare	610
IV.2.10. Cum să nu mai dăm atenție duhului lumii?	613
Concluzii finale	617
Bibliografie.....	622
I. Izvoare.....	622
I.1. Ediții ale Sfintei Scripturi	622
I.2. Ediții ale Vechiului Testament	622
I.3. Ediții ale Noului Testament.....	622
I.4. Cărți de cult.....	622
I.5. Manuscrise	623
I.6. Opere de filosofie clasică.....	623
II. Dicționare și Enciclopedii	624
III. Lucrări patristice și filocalice	627
IV. Literatură secundară.....	644
V. Studii și articole.....	661
VI. Surse web	682
Anexe	683
Postfață (Conf. Univ. Dr. Adrian Lemeni)	684

Cuvânt înainte

Prof. Univ. Dr. Pr. Ioan C. Teșu
Facultatea de Teologie Ortodoxă „Dumitru Stăniloae”
Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași

O constatare generală, referitoare la lucrare, ca întreg, este structura ei unitară. Autorul pleacă, în demersul său, de la detalii generale de terminologie și conceptologie, adâncindu-se în prezentarea învățaturii ortodoxe privind viața duhovnicească, sufletul uman și facultățile sale, iar apoi, în pagini și considerații largi, tratează aspecte esențiale și multiple referitoare la rolul și lucrarea minții în opera ascetică și mistică. Analiza și considerațiile autorului sunt caracterizate, pe de o parte, de acrivie și rigoare științifică, în preluarea informațiilor; iar pe de altă parte, de discernământ moral și echilibru, în valorificarea și interpretarea lor.

Totodată, conținutul lucrării demonstrează, în mod indubitabil, o remarcabilă capacitate de selecție și analiză a conceptelor și învățăturilor puse în discuție, pe care candidatul, în multe aspecte, le lărgeste și le aprofundează, în mod personal. Analizele alcătuite de autor îl vădesc a fi nu doar un cercetător de anvergură și un cunoscător profund al temei analizate, ci și un fin analist al problemelor cu care se confruntă societatea consumeristă contemporană și omul actual. Iar soluțiile identificate și propuse constituie convingeri profunde și obiective ale autorului, izvorâte din cunoașterea și însușirea, în viața personală, a adevărurilor mântuitoare ale credinței creștine. Parcurgerea și analizarea conținutului tezei ne oferă posibilitatea evidențierii unor aspecte demne de apreciat, legate de contribuția pe care o aduce la cunoașterea aprofundată a temei cercetate.

O altă notă fundamentală a lucrării o constituie actualitatea temei pentru cercetarea actuală. În teologia ortodoxă românească, nu există, încă, o lucrare de asemenea dimensiuni, consacrată exclusiv problemei atenției în viața duhovnicească, astfel încât putem afirma că prezenta teză doctorală acoperă, cu deosebit succes, acest capitol, fiind necesară și binevenită, pe de o parte, iar pe de altă parte, valoroasă în plan științific și cu impact sau finalitate duhovnicească practică, experimentală.

Caracterul interdisciplinar este evident în cuprinsul lucrării, situat la interferența dintre teologie și psihologie, în special cea cognitivă. Nota fundamentală sau cheia în care se desfășoară cercetarea și analiza este preponderent teologică, morală și spirituală. În același timp, ea are ca motivație convingerea autorului potrivit căreia omul contemporan este expus la numeroase provocări și stimuli, ce solicită atenția sa, îndreptând-o predilect spre lume sau spre trup și trecând în plan secundar atenția față de interioritatea sa: suflet, minte și inimă, și dorința de a oferi mijloace eficiente de concentrare a acestuia asupra vieții lăuntrice. Argumentele folosite aparțin nu doar domeniului Teologie, ci sunt culese din spații conexe: istorie, antropologie, filosofie, sociologie, psihologie, medicină, neuroștiințe etc.

Autorul demonstrează o cunoaștere precisă și corectă a domeniilor, noțiunilor și conceptelor analizate. Se observă, cu multă ușurință, că analizele făcute depășesc mult cadrele reflecției teologice, propunând căi de dialog între domenii diferite, dar care au în centrul lor preocuparea față de ființa umană, ceea ce dă actualitate demersului, iar iscusința cu care autorul reușește să compare și să exploateze toate aceste surse este remarcabilă.

Profunzimea abordării, condiție esențială a unei cercetări doctorale, se evidențiază și din faptul că autorul se adâncește în prezentarea și analizarea a numeroase detalii de mistică ortodoxă, a stărilor culminante pe care le poate experia nevoitorul creștin și a darurilor cu care Dumnezeu îi binecuvintează acestuia viața, ca răspuns la ostenele sale.

Pe parcursul lucrării se poate sesiza și complementaritatea dintre informațiile științifice, caracterizate de acuratețea prezentării lor, cu detaliile și nuanțările morale, duhovnicești, pe care autorul le operează. Dincolo de faptul că, prin intermediul tehnologiei digitale, asistăm la cel mai mare experiment psihologic necontrolat din istoria omenirii,

aceasta are o capacitate extraordinară de a ne distrage mintea și sufletul de la adevăratele activități și priorități din viața noastră socială, profesională, familială și spirituală, deturnându-ne și scindându-ne covârșitor atenția. Pe bună dreptate, tehnologia constituie „cocaina” lumii actuale, iar efectele fie ale robiei față de ea, fie a rezistenței pot fi ușor observate în plan spiritual. Prezentarea și analiza efectelor acestor mutații psihice asupra minții umane și asupra funcțiilor ei, în mod deosebit asupra atenției, constituie o parte din conținutul prezentei lucrări de doctorat, elaborată de dl. Alexandru Crețu.

În același timp, prezenta teză se remarcă printr-o finalitate practică, nefiind doar una de explorare științifică, teologică și academică, ci, în același timp, una formativă, experimentală și practică, candidatul identificând și propunând căi și mijloace ascetice extrem de eficiente de pază a atenției și implicare a ei într-o lucrare duhovnicească susținută.

De asemenea, bogata bibliografie folosită demonstrează, din partea sa, calități intelectuale și abilități științifice de excepție, pasiune pentru cercetare și aprofundare. Acrivia științifică este dublată de un spirit critic pronunțat și de un înalt discernământ duhovnicesc, așa cum se desprinde de largile și nuanțatele radiografii pe care le face asupra „omului recent”, a tehnologiilor digitale și inteligenței artificiale, asupra crizei modernității și nevoii de spiritualitate profundă.

Maturitatea științifică a autorului se îmbină în mod strălucit cu acuratețea gândirii, reflexivitatea analizei și discernământul moral, dublate de o capacitate de exprimare – am putea spune – „tehnică”, în anumite secțiuni, iar în altele de un „lirism” intrinsec și un farmec duhovnicesc aparte.

Toate aceste considerente ne îndreptățesc să considerăm că publicarea lucrării ar putea aduce beneficii multiple nu doar teologiei academice românești contemporane, ci, în același timp, societății și omului actual, din zilele noastre, divizat și scindat lăuntric din cauza stimulilor și a ispitelor, a capcanelor și a provocărilor variate și intense, la care îl supun „duhul lumii” și duhurile răutății.

Introducere

Argument

Ideea de a alcătui lucrarea de față a luat naștere în urma constatării că această temă, deși esențială în viața duhovnicească, este prea puțin abordată în teologia românească. Intenția de a aborda o temă din perspectiva interdisciplinarității s-a conturat încă din timpul studiilor de masterat, în timpul cărora, sub îndrumarea Părintelui Arhid. Sorin Mihalache, am elaborat o lucrare¹ în care am încercat să apropii două perspective consacrate: spiritualitatea filocalică și științele educației. Aceste experiențe au contribuit decisiv în conturarea intenției de a aborda tema atenției într-un proiect de teză de doctorat².

¹ Alexandru CREȚU, *Deprinderea vieții duhovnicești și principiile educației experiențiale*, cuvânt înainte de Lect. Dr. Arhid. Adrian Sorin Mihalache, Ed. Doxologia, Iași, 2020.

² În urma cercetării personale și în cadrul discuțiilor pe care le-am avut cu Părintele Arhid. Lect. Dr. Adrian Sorin Mihalache (care m-a încurajat și susținut în alegerea acestei teme) am constatat că tema este prea puțin cercetată în teologia românească. Discuțiile pe care le-am avut cu sfinția sa, conferințele și atelierelor despre atenție (pe care le-a organizat și la care am participat), și studiile sale în care a abordat tema atenției au constituit prilejul de a reflecta mai mult la faptul că ar fi de folos să încep o cercetare care să graveze în jurul acestei teme. Chiar, pe alocuri, modalitățile în care am adus în discuție constatările științifice și afirmațiile *Filocaliei* au fost inspirate de discuțiile cu Părintele Arhid. Sorin Mihalache. Maniera de a apropia neuroștiințele de *Filocalie*, grila de lectură a societății media, maniera de utilizare a rezultatele științifice în oglindă cu cele filocalice, stilul de analiză, structura și expresiile folosite în teză, sunt, de asemenea, foarte apropiate de ceea ce sfinția sa a prezentat în atelierelor și conferințele din ultimii doisprezece ani.

Dacă întâlnirile și discuțiile cu Părintele Sorin m-au ajutat să identific anumite puncte de plecare în prezenta cercetare, pe parcursul programului de studii universitare de doctorat am extins și dezvoltat unele dintre ideile discutate, am identificat și alte aspecte, am actualizat necesitatea unei abordări de acest fel în zilele noastre, am identificat locuri reprezentative ale Vechiului și Noului Testament care trimit la importanța atenției în viața duhovnicească, am examinat texte ale *Filocaliei* care fac numeroase observații privitoare la atenție și la rostul ei în pulsul vieții duhovnicești și am extins analiza în privința unor aspecte care țin de viața societății.

Realizarea lucrării de față, în formatul actual, nu ar fi fost posibilă fără receptivitatea și disponibilitatea Părintelui Profesor coordonator, Ioan Cristinel Teșu. Îi sunt profund recunoscător, întrucât am beneficiat, încă de la început, de toată deschiderea Părintelui Profesor pentru intenția inspirată de radiografiile interdisciplinare. Pr. Prof. Ioan C. Teșu m-a încurajat și m-a îndrumat consistent în analiza interdisciplinară a *atenției*, susținând necesitatea unui astfel de demers, în contextual actual, oferindu-mi indicații precise, autori și texte semnificative care au întregit perspectiva spiritualității creștin-ortodoxe asupra acestei teme.

Stadiul actual al cercetării

Există, atât în teologie³, cât și în filosofie⁴ și domeniul științific⁵, ample referiri la atenție și la rolul ei în viața omului. Însă un studiu care să

³ EVAGRIE MONAHUL, *Din capetele despre trezvie*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 1, traducere din grecește, introduceri și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2008; FILOTEI SINAITUL, *Capete despre trezvie*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 4, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2010, p. 119; ISAHIA PUSTNICUL, *Despre păzirea minții*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 1, traducere din grecește, introduceri și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2008; ISIHIE SINAITUL, *Cuvânt despre trezvie și virtute (I)*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 4, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2010; ISIHIE SINAITUL, *Cuvânt despre trezvie și virtute (II)*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 4, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2010; NICHIFOR DIN SINGURĂTATE, *Cuvânt despre rugăciune, trezvie și paza inimii*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 7, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2013; SFÂNTUL SIMEON NOUL TEOLOG, *Metoda sfintei rugăciuni și atențiunii*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 8, traducere din grecește, introduceri și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2013.

abordeze interdisciplinar tema atenției în viața duhovnicească nu s-a realizat până acum în teologia românească⁶. În lucrările de teologie, așa cum vom vedea pe parcursul întregii lucrări, tema atenției în viața duhovnicească a fost abordată, cu referiri directe sau indirecte, de fiecare autor în parte. Orice aspect al vieții duhovnicești, în fond, ține de grija omului credincios de a urca pe scara virtuților sau de a crește tot mai mult în asemănarea cu Dumnezeu. O analiză atentă a scrierilor duhovnicești ale diferiților autori biblici și patristici, ale scriitorilor bisericești sau ale teologilor de peste veacuri scoate la lumină faptul că ele fac referire, într-un fel sau altul, direct sau indirect, la starea atentivă a omului, la importanța acesteia, la piedicile în calea ei și la modurile prin care se poate îmbunătăți.

Este imperios necesar ca, după aceste afirmații să fac și o importantă precizare. Când vorbim de starea atentivă a omului, în general, nu ne referim doar la puterea de concentrare, așa cum poate am fi tentați să credem atunci când auzim aceste cuvinte. După cum voi specifica și în primul capitol, cuvântul „atenție” are astăzi, în limba română, următoarele trei sensuri: a) proces psihic complex prin care se orientează și se concentrează activitatea psihică într-o anumită direcție, b) grijă, preocupare, interes (pentru ceva sau cineva) și c) atitudine binevoitoare,

⁴ SENECA LUCIUS ANNAEUS, *Despre mânie (De ira)*, traducere din limba latină de Ioana Costa, Vichi-Eugebua Dumitru și Ștefania Ferchedău, Ed. Seneca Lucius Annaeus, București, 2014; PLUTARQUE, *De la curiositate (Περὶ πολυπραγμοσύνης)*, în: PLUTARQUE, *Œuvres morales*, Tome VII, première partie: *Traité de morale (27-36)*, texte établi et traduit par Jean Dumortier avec la collaboration de Jean Defradas, Les Belles Lettres, Paris, 1975; PLUTARH, *Despre mânie, liniștea sufletească, despre limbuție*, traducere de Ștefan Bezdechi, Tipografia „Cartea românească din Cluj”, Sibiu, 1943; MARCUS AURELIUS, *Gânduri către sine însuși*, ediție bilingvă, traducere din greacă veche, studiu introductiv, note și indici de Cristian Bejan, Ed. Humanitas, București, 2013.

⁵ David LABERGE, *Attentional processing: the brain's art of mindfulness*, Harvard University Press, Cambridge, 1995; Richard D. WRIGHT, Lawrence M. WARD, *Orienting of Attention*, Oxford University Press, New York, 2008; Walter Bowers PILLSBURY, *Attention*, Swan Sonnenschein, London, The Macmillan, New York, 1908; Edward Bradford TITCHENER, *Lectures on the Elementary Psychology of feeling and Attention*, Macmillan, New York (NY), 1908; Neville MORAY, *Listening and attention*, Penguin Books, Baltimore, 1969; Théodule RIBOT, *La Psychologie de l'Attention*, Félix Alcan, Paris, ³1896.

⁶ Pe parcursul cercetării nu am aflat dacă s-a abordat această temă, până în prezent, în spațiul ortodox din afara granițelor țării noastre.

amabilă (față de cineva) prin oferirea unor cadouri sau daruri⁷ (mici „atenții”) în schimbul unor anumite servicii.

Dintre aceste trei sensuri voi face referire, pe parcursul întregii lucrări, doar la primele două. Pe lângă acestea, după cum voi menționa tot în primul capitol, atenția selectivă nu presupune doar procesul de selecție propriu-zis, ci și ignorarea stimulilor, adică a factorilor perturbatori sau de distragere de la activitatea selectată pe care dorim să ne concentrăm. Starea atentivă se referă, așadar, la modul atent cu care ascultă, privește și acționează cineva, la toate activitățile pe care el le face, de care se îngrijește și se preocupă, dar și la modul cum își organizează viața sau locul în care se află în vederea ignorării stimulilor care ar putea distra spre o altă activitate.

Având, pe de o parte, această perspectivă amplă a ceea ce este atenția, iar, pe de altă parte, conștiința că „tot ce e făcut și creat evident nu e liber de relație”⁸, după cum spunea Sfântul Maxim Mărturisitorul, indiferent de modul în care alege să-și trăiască viața, omul mereu va fi atent la ceva sau la cineva. Interesul, preocuparea sau grija pentru ceva sau cineva (un obiect, un ideal, un gând, o idee, un scop, o persoană) are în vedere investiția timpului și a atenției. Deoarece atenția este o categorie constitutivă firii umane, nimeni nu poate fi în afara atenției, după cum nu poate fi nici în afara relației. Omul oricum își îndreaptă atenția spre ceva sau spre cineva. Însă important pentru viața duhovnicească este ca atenția să fie îndreptată spre cele bune care ne cresc duhovnicește, ne împlinesc și prin care ajungem tot mai mult asemenea cu Dumnezeu, atât cât îi este cu putință omului. Ceea ce vizează deci această cercetare nu este atenția în sine, atenția *per se*, ci atenția pe care omul și-o orientează, în mod special, către Dumnezeu și, de aici, către

⁷ Acest ultim sens implică, totuși, și celelalte două. A oferi cuiva un cadou implică, de obicei, selecție și ignorare (selectez ce cred că i-ar plăcea și ignor lucrurile pe care le consider nepotrivite), cât și grijă, preocupare, timp, implicare (de când mi-am pus în gând să-l dăruiesc până în momentul când, efectiv, i l-am dăruit).

⁸ SFÎNTUL MAXIM MĂRTURISITORUL, *Ambigua: tâlcuiri ale unor locuri cu multe și adânci înțelesuri din sfinții Dionisie Areopagitul și Grigorie Teologul*, 7a, coll. *Părinți și Scriitori Bisericești* 80, traducere din grecește, introducere și note de Pr. Prof. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1983, p. 73.

semeni, propria persoană și creație, pentru a fi tot mai asemenea cu Creatorul său⁹.

În vechime, filosofii antici au scos în evidență caracterul esențial al atenției, îndeosebi prin exercițiile spirituale pe care le săvârșeau, dar și prin grija și preocuparea continuă față de propria viață în vederea creșterii spirituale și a dobândirii virtuților. Atenția era considerată, așadar, de filosofii antici o virtute esențială, indispensabilă celui care iubește și caută înțelepciunea.

Cercetările din psihologie și neuroștiințe au demonstrat că atenția este o capacitate limitată și de aceea niciun om nu poate fi 100% atent la mai multe lucruri în același timp. Capacitatea atentivă este distribuită în funcție de interesele, preocupările, motivațiile, scopurile, țintele, idealurile și dorințele noastre, uneori în mod voluntar, alteori în mod involuntar. De aici reiese și grija pentru lucrurile esențiale din viața noastră: pe de o parte, îndreptarea atenției spre ce este relevant pentru creșterea duhovnicească în vederea asemănării cu Dumnezeu și, pe de altă parte, ignorarea distragerilor care apar (sau pot apărea) mereu, constant, în viața noastră, uneori subtil, alteori, în mod evident.

De asemenea, tot din cercetările savanților și ale specialiștilor din domeniul psihologiei se constată că sunt anumiți factori perturbatori în societatea postmodernă care suprasolicită și obosesc capacitatea de concentrare a omului. Cercetările recente arată că poluarea acustică, supraîncărcarea senzorială și informațională, privarea de somn și *multitasking*-ul, noile media și mediul online folosite în mod excesiv și fără discernământ pot tulbura și împrăștiya atenția nu doar în timpul navigării online, ci și în mediul offline, în viața de zi cu zi.

Din perspectivă interdisciplinară, în acest demers evidențiez trei ipoteze principale de la care voi pleca în abordarea acestei teme de cercetare. Prima este aceea că atenția constituie o virtute centrală în viața duhovnicească. La această presuposiție am ajuns plecând de la constatarea că sunt anumite lucruri cărora creștinul trebuie, pe de o

⁹ Această asemănare nu este o simplă imitație a lui Dumnezeu, ci o unire cu El și se menține „prin participarea la Dumnezeu” (Nota 345, în: CUVIOSUL NICHITA STITHATUL, *Suta întâi a capetelor despre făptuire*, coll. *Filocalia sau culegere din scrierile Sfinților Părinți, care arată cum se poate omul curăți, lumina și desăvârși* 6, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 2011, p. 246).

I. Distincții preliminare (de ordin lingvistic, teologic, filosofic și științific) cu privire la atenție

I.1. Cuvântul „atenție” – precizări de ordin lingvistic

I.1.1. Etimologia cuvântului „atenție”

Din punct de vedere etimologic, cuvântul „atenție” provine din latinescul *attentiō*, *-ōnis* (care se traduce prin „încordare”¹, „grijă”² sau „concentrare”³ și poate avea două sensuri⁴), derivat al verbului *attendō*, *-dere*, *-dī*, *-tum* (care se traduce prin „a-și îndrepta atenția, a lua seama, a observa”⁵ sau chiar „a te îndrepta spre”⁶). Termenul a intrat în limba română în secolul al XVIII-lea ca împrumut din latină, ulterior preluat și din franceză⁷.

¹ Gheorghe GUȚU, *Dicționar latin-român*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1983, p. 119; Mihaela PARASCHIV, Marius ALEXIANU, Roxana-Gabriela CURCĂ, *Lexic grec și latin universal*, Casa Editorială Demiurg, Iași, 2007, p. 248.

² *Dicționar latin-român*, redactor responsabil Rodica Ocheșanu, Ed. Științifică, București, 1962, p. 70. Și invers, cuvântul „grijă” (*cura*) se poate traduce și prin „atenție” (cf. Michiel DE VAAN, *Etymological Dictionary of Latin and the other Italic Languages*, Brill, Leiden/Boston, 2008, p. 156).

³ Gheorghe GUȚU, *Dicționar latin-român*, Ed. Științifică, București, 1973, p. 68.

⁴ Un sens fizic (a întinde spre, a întoarce spre) și un sens psihologic (a munci din greu cu/a concentra mintea la ceva, a tinde pentru ceva) (cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 45).

⁵ G. GUȚU, *Dicționar latin-român...*, 1983, p. 119.

⁶ Cf. Daniel GOLEMAN, *Focus: motivația ascunsă a performanței*, traducere din limba engleză de Iustina Cojocar și Bogdan Georgescu, Ed. Curtea Veche, București, 2014, p. 15; Ciarán MC MAHON, *The Prehistory of the Concept of “Attention”*, Doctoral thesis, University College Dublin, Dublin, 2007, p. 45.

⁷ N.A. URSU, Despina URSU, *Împrumutul lexical în procesul modernizării limbii române literare (1760-1860)*, Vol. II: Repertoriu de cuvinte și forme, Ed. Cronica, Iași, 2006, p. 116.

Substantivul *attentiō*, *-ōnis* a fost folosit pentru prima dată de către Cicero⁸ (106-43 î.Hr.) în lucrarea *De Oratore*⁹, în contextul în care enumera calitățile pe care se cuvenea să le aibă un orator¹⁰. Chiar dacă Cicero este primul autor care folosește substantivul *attentiō*, *-ōnis*, atât verbul *attendō*, *-dere*, *-dī*, *-tum*¹¹, cât și adverbul *attentē*, *-ius*, *-issimē*¹² se găseau în operele unor autori latini care au trăit înainte de el¹³. Pe lângă folosirea celor două părți de vorbire care fac referire directă la atenție, în textele de limbă latină de dinainte de Cicero se mai pot găsi și alți

⁸ Cf. *Oxford Latin Dictionary*, P. G. W. GLARE (ed.), Oxford University Press, Oxford, ²2012, p. 219; Alfred ERNOUT, Alfred MEILLET, *Dictionnaire étymologique de la langue latine: histoire des mots*, Klincksieck, Paris, ⁴2001, p. 682. Substantivul *attentiō*, *-ōnis* a fost întrebuițat de Cicero prin așezarea în propoziție înaintea substantivului *animi* (*attentione animi*): „reliqua sunt in cura, *attentione animi* [subl. n], cogitatione, vigilantia, assiduitate, labore” (CICERO, *De Oratore*, II, 35, translated by E.W. Sutton, completed, with an introduction, by H. Rackham, vol. I, coll. *Loeb Classical Library* 348, William Heinemann LTD, London, Harvard University Press, Cambridge, MA, 1967, p. 306). Traducerea în limba română este următoarea: „celelalte lucruri depind de grijă, de atenție [subl. n.], de cugetare, de veghere, de silință și muncă” (CICERO, *De Oratore*, II, 35, traducere de G. D. Neșțian, Ed. Casei Școalelor, București, 1925, p. 162). Alăturarea acestor două cuvinte nu a mai fost folosită nicăieri în Antichitate până la Cicero. Prin expresia *attentione animi* Cicero lega direct *attentiō* de minte și evidenția, prin aceasta, activitatea de direcționare a minții (cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, pp. 49, 101). În secolele următoare cuvântul *attentiō* a început să fie folosit singur, datorită faptului că cel de-al doilea cuvânt, *animi*, se subînțelegea (cf. D. E. BERLYNE, „Attention”, în: *Handbook of perception: Historical and Philosophical Roots of Perception*, Edward C. CARTERETTE, Morton P. FRIEDMAN (eds.), vol. I, Academic Press, New York/London, 1974, p. 126).

⁹ Scrisă în jurul anului 55 î.Hr., pe când era în exil politic.

¹⁰ Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 48.

¹¹ Spre exemplu, la P. Terentius Afer (195-159 î.Hr.), în lucrarea *Eunuchus*, verbul *attendō* este folosit în expresia *animum attendere*, care poate fi tradusă în română prin „a lua aminte”, „a asculta cu atenție” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 219), iar literal prin „a-și îndrepta sufletul”, „a-și tinde sufletul (spre)”.

¹² Primul autor care îl folosește este P. Terentius Afer, în opera *Heauton Timorumenos*, 66 (cu următoarele sensuri: „cu o atenție deosebită”, „cu atenție”, „cu concentrare”). Apoi îl găsim și la Cicero, în *De Oratore*, 1.259 (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 219). Din secolul I d.Hr. adverbul *attentē*, se află prezent și la alți autori. Spre exemplu, îl găsim menționat la Seneca în *Scrisori către Lucilius*: „să te îngrijești mai atent [subl. n.] de propria ta bătrânețe” (SENECA, *Scrisori către Lucilius (Epistulae morales ad Lucilium)*, 104, 4, vol. II, traducere din limba latină de Ioana Costa, Ed. Seneca Lucius Annaeus, București, 2013, p. 229).

¹³ Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 48.

termeni care fac referire la atenție, ca de exemplu: *accūrātē*, *-ius*, *-issime*¹⁴, *accurrō*, *-āre*, *-āvī*, *-ātum*¹⁵, *animaduerto*, *-tere*, *-ti*, *-sum*¹⁶, *cūra*, *-ae*¹⁷, *diligentia*, *-ae*¹⁸, *oboediō*, *-īre*, *-īvi*¹⁹ și *occupō*, *-āre*, *-āvī*, *-ātum*²⁰.

În Grecia antică, *προσοχή* (*prosoché*) – corespondentul grecesc al substantivului *attentiō*, *-ōnis*²¹ – apare pentru prima dată în secolul al III-lea î.Hr., (nu înainte de anul 219 î.Hr.²²), în opera²³ unui filosof grec,

¹⁴ Titus Maccius Plautus (255-184 î.Hr.), în lucrarea *Captiui*, folosește acest cuvânt cu următoarele sensuri: „[a face un lucru acordând] atenție detaliilor”, „[într-un mod] meticulos”, „cu grijă” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 26).

¹⁵ Titus Maccius Plautus, în lucrarea *Bacchides*, folosește acest cuvânt cu următorul sens: „a da atenție la” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 26).

¹⁶ Titus Maccius Plautus, în lucrarea *Miles Gloriosus*, folosește acest cuvânt cu următoarele sensuri: „a îndrepta mintea (spre)”, „a fi atent (la)”; același autor, în lucrarea *Pseudolus*, folosește acest cuvânt cu următoarele sensuri: „a acorda/da atenție la”, „[a fi] atent la”, „a ține seama de/a lua în considerare (mai ales implicația unei acțiuni importante)” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 146).

¹⁷ Titus Maccius Plautus, în lucrarea *Miles Gloriosus* și Q. Ennius (239-169 î.Hr.), în lucrarea *Annales*, folosesc termenul cu următoarele sensuri: „atenție serioasă”, „prudență”, „grijă” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 519).

¹⁸ Titus Maccius Plautus, în lucrarea *Rudens*, și P. Terentius Afer, în lucrarea *Hecyra*, folosesc acest cuvânt cu următoarele sensuri: „prudență”, „atenție”, „deosebită atenție (pentru)” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 597).

¹⁹ Cornelius Nepos (99-24 î.Hr.), în lucrarea *Datames*, folosește acest concept cu următoarele sensuri: „a asculta”, „a da atenție (la)” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 1340).

²⁰ Titus Maccius Plautus, în lucrarea *Rudens*, și Cicero, în lucrarea *De Oratore*, folosesc acest cuvânt cu următorul sens: „(cu privire la o persoană) a ocupa atenția (cu o activitate, distra gere)” (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 1360). În secolul I d.Hr., Seneca îl folosește cu același sens (cf. SENECA, *Scrisori către Lucilius (Epistulae morales ad Lucilium)*, 62, 1, vol. I, traducere din limba latină de Ioana Costa, Ed. Seneca Lucius Annaeus, București, 2013, p. 232).

²¹ Se pare că Cicero a introdus *attentiō* ca un împrumut al lui *προσοχή* (*prosoché*) din greacă (cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, pp. 45, 101). Paralela etimologică a cuvintelor *attentiō* și *προσοχή* arată că cele două sunt echivalente semantice (ad-tendo = *πρός-ἔχω*) (cf. *Oxford Latin Dictionary...*, p. 219; *A Greek reader, selected principally from the work of Frederic Jacobs, with english notes critical and explanatory, a metrical index to Homer and Anacreon, and a copious lexicon*, Charles ANTHON (ed.), Harper & Brothers, New York, 1850, p. 568). Amândouă se traduc prin „a îndrepta spre” (cf. Michel BRÉAL, Anatole BAILLY, *Dictionnaire Étymologique Latin*, Librairie Hachette et C^{ie}, 1885, pp. 387-388; C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 45; M. DE VAAN, *Etymological Dictionary of Latin...*, pp. 24, 612).

²² Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 36.

²³ Cf. *Chrysippi fragmenta moralia cum generali Stoicorum doctrina composita*, II.3.111.30, în: *Stoicorum Veterum Fragmenta: Chrysippi fragmenta moralia. Fragmenta Successorum Chrysippi*, Ioannes ab ARNIM (ed.), vol. III, Teubner, Stuttgart, 1964, p. 26.

Hrisip (Chrysippus) (280-206 î.Hr.)²⁴ ca derivat al verbului προσέχω (prosékō)²⁵. Potrivit lui H. G. Liddell²⁶, verbul προσέχω a fost folosit în literatura clasică greacă între secolele al VI-lea – al IV-lea î.Hr., cu mai multe sensuri: a) a rămâne atașat de ceva sau a fi credincios cuiva, b) în contextul unei corăbii care se îndreaptă spre port, c) a se întoarce spre un lucru, a întoarce mintea sau atenția spre un lucru, a-i da cuiva atenție, d) a face o lucrare cu atenție, e) a se atașa pe sine însuși de un lucru; a face cuiva un serviciu cu devotament (în special unui zeu).

I.1.2. Sensuri și sinonime ale cuvântului προσοχή în scrierile filosofice (secolele al III-lea î.Hr. – al III-lea d.Hr.)

Filosoful stoic Hrisip, al treilea conducător al școlii de filosofie stoică din Atena, este autorul celui mai vechi text în care găsim menționat termenul προσοχή (secolul al III-lea î.Hr.). Pentru el, atenția are o mare importanță deoarece acest termen este introdus într-o listă de „bunuri” (alături de calm și persuasivitate) pe care trebuia să le dobândească un filosof stoic pentru a putea trăi în acord cu natura. Pentru Hrisip, προσοχή era o condiție principală pentru a duce o viață virtuoasă²⁷.

Mărturii despre utilizarea acestui termen găsim, în secolul al II-lea î.Hr., în colecția de manuscrise *Tebtunis Papyri*, care conținea o scrisoare (din anul 113 î.Hr.) în care προσοχή era pus în legătură cu unele chestiuni comerciale, specifice, care puteau duce la standarde mai înalte de productivitate²⁸. O altă mențiune a lui προσοχή din secolul al II-lea î.Hr. a fost descoperită abia în secolul al XIX-lea. În vechiul oraș Halicarnas

²⁴ Filosoful grec Hrisip (Chrysippus) a fost cel de-al treilea conducător al școlii stoice din Atena, după Cleanthes și Zenon (cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 39).

²⁵ Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 36.

²⁶ Cf. Henry George LIDDELL, *A Greek-English Lexicon*, compiled by Henry George Liddell and Robert Scott, revised and augmented throughout by Sir Henry Stuart Jones with the assistance of Roderick McKenzie and with the cooperation of many scholars, Oxford University Press, New York, 1996, p. 1512.

²⁷ Cf. *Chrysippi fragmenta moralia...*, p. 26; C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, pp. 39-41.

²⁸ Cf. *The Tebtunis Papyri*, 27, 78, Bernard P. GRENFELL, Arthur S. HUNT, J. Gilbert SMYLY (eds.), vol. I, Henry Frowde, London, Oxford University Press, New York, 1902, p. 109; C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, p. 44.

(astăzi orașul Bodrum, din Turcia) arheologul italian Alfred Biliotti a descoperit un fragment al unui monument de marmură albă (din secolul al II-lea î.Hr.), care constituia, cu siguranță, după opiniile savanților, un act juridic sau un decret. Între cuvintele scrise pe acel monument de marmură se afla și cuvântul *προσοχή*. Însă, din nefericire, specialiștii nu au reușit să înțeleagă contextul în care a fost folosit, deoarece multe dintre cuvintele inscripționate nu erau descifrabile²⁹.

În secolul I î.Hr. găsim termenul *προσοχή* în opera *Roman Antiquities*, al cărui autor este Dionisie al Halicarnei (60-7 î.Hr.). Atunci când folosește cuvântul *προσοχή*, Dionisie se referă la atenția minții în procesul ascultării. El îl roagă – în numele zeilor – pe cel căruia îi vorbește, să-l asculte cu „tăcere și atenție” („ήσυχίας καὶ προσοχῆς”³⁰). În același secol, Filon Alexandrinul (15 î.Hr.–45 d.Hr.), în lucrarea *Quis Rerum Divinarum Heres Sit*³¹, enumeră o listă de exerciții spirituale filosofice în care este inclusă și atenția (*προσοχή*)³², iar caracterizarea făcută de Filon lui *προσοχή* diferă față de celelalte sensuri pe care le-am menționat până acum deoarece este folosit într-un alt context. Dacă Hrisip folosea *προσοχή* atunci când le vorbea studenților săi de la școala filosofică, iar Cicero colegilor săi oratori, Filon se adresa cu acest cuvânt compatrioților săi religioși³³.

În secolele I-II d.Hr. găsim utilizat *προσοχή* în lucrările mai multor filosofi. Spre exemplu, în operele lui Frontinus (35-105) și ale lui Lucian (120-180) găsim termenul *προσοχή* cu referire la atenția acordată de o persoană unei alte persoane care citește sau care vorbește³⁴. La Plutarh (45-127), *προσοχή* apare în *Moralia* (scrisă între anii 96-114) și este

²⁹ Cf. *The Collection of Ancient Greek Inscriptions in the British Museum*, 888, Gustav HIRSCHFELD (ed.), Part IV, Section I, The Clarendon Press, Oxford, 1893, p. 56.

³⁰ DIONYSIUS OF HALICARNASSUS, *Roman Antiquities*, Volume IV: Books 6.49-7, VI, 85, translated by Earnest Cary, coll. *Loeb Classical Library* 364, Harvard University Press, Cambridge (MA), 1943, p. 108.

³¹ Cf. PHILONIS ALEXANDRINI, *Quis rerum divinarum heres sit*, 253, în: PHILONIS ALEXANDRINI, *Opera quae supersunt*, vol. III, Pavlus WENDLAND (ed.), Berolini, Typis et impensis Georgii Reimeri, Berlin, 1898, p. 58.

³² Cf. Pierre HADOT, *Exerciții spirituale și filosofie antică*, traducere din limba franceză de Pr. Constantin Jinca, postfață de Ierom. Agapie (Corbu), Ed. Sf. Nectarie, Arad, 2015, p. 19.

³³ Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, pp. 71-72.

³⁴ Cf. C. MC MAHON, *The Prehistory of the Concept...*, pp. 104-105.