

A virus that has driven the world crazy

Un virus care a înnebunit lumea

Prof. Dr. Adrian RESTIAN

Membru titular al Academiei de Științe Medicale

Chiar dacă nici înainte de apariția pandemiei, produsă de noul coronavirus, denumit SARS-CoV-2, mulți oameni nu erau prea sănătoși psihic, dacă ar fi să-i judecăm numai după încălcarea regulilor de conviețuire socială, precum cele legate de consumul exagerat de alcool, consumul de droguri și violența în familie (1), apariția acestei pandemii le-a tulburat și mai mult mințile. Deși coronavirusul afectează mai ales plămânii, mediatizarea excesivă a pandemiei a afectat mai ales creierul (2). Așa se face că încălcarea regulilor sociale, a consumului excesiv de alcool, a consumului de droguri și a violenței în familie a crescut foarte mult în timpul pandemiei. Spre exemplu, în Franța, violența în familie a crescut cu 30%, iar în Brazilia cu 50% (3). Și, astfel, deși este un virus respirator, prin mediatizarea lui excesivă, cu informații predominant negative, noul coronavirus a tulburat profund mințile noastre (4).

Pentru că omul, care nu este numai o ființă biologică, așa cum îl văd de multe ori autoritățile, ci și o ființă socială – și chiar o ființă culturală și spirituală –, nu poate să suporte prea bine faptul că nu se mai poate întâlni cu prietenii, așa cum făcea înainte, că nu mai poate călători, așa cum călătorea înainte, că nu se mai poate îmbrățișa, așa cum făcea înainte, că nu mai poate merge la spectacole, așa cum mergea înainte, că este legat de mască și de depărtarea fizică. Toate acestea îi creează o stare de anxietate, care merge uneori până la atacuri de panică și o stare de depresie foarte greu de suportat. În acest sens, am întâlnit persoane care și-au făcut testamentul când în biroul lor a fost descoperită o persoană pozitivă. Ca și când aceasta însemna o moarte iminentă, deși peste 90% dintre bolnavi fac o boală complet asimptomatică.

Este evident că această pandemie reprezintă o criză din lungul șir de crize care s-au succedat în zbuciumata istorie a omenirii. Iar unele dintre aceste crize, dacă nu chiar majoritatea crizelor, au fost create chiar de om, așa cum au fost războaiele devastatoare, declanșate de mințile tulburate ale unor conducători. Dar nici în crizele naturale, așa cum este această pandemie, omul nu a apelat întotdeauna la mijloacele cele mai bune, ca să nu spunem cele mai morale. De aceea, scriitorul argentinian Jorge Luis Borges vorbește despre „istoria universală a infamiei”. Pentru că nebunia de azi vine din străfundurile istoriei și a persistat până azi, deși, de cele mai multe ori, nebunia, ca și prostia, complică problema. Pentru că nici alcoolul, nici drogurile, nici violența în familie și nici abuzurile la care au apelat unii indivizi nu i-au ajutat să iasă mai bine din pandemie, ci i-au înfundat și mai rău în alte crize existențiale.

Pentru că omul nu este o ființă rațională, după cum susținea René Descartes, acum 300 de ani, ci este o ființă emoțională, după cum a arătat, mai recent, Antonio Damasio (5), care a reabilitat rolul emoțiilor în viața noastră de fiecare zi. El a arătat că, prin lezarea centrilor care reglează emoțiile, omul nu mai poate lua nicio decizie, chiar dacă structurile cognitive au rămas intacte. Pentru că toate deciziile noastre sunt întovărășite de o coloratură emoțională. De aceea, nu se vorbește numai de o inteligență cognitivă, ci și de o inteligență emoțională, care lucrează cu alte valori, care vin din străfundul ființei noastre și de aceea sunt mult mai puternice și mult mai greu de ignorat (6).

Noi am arătat că, în luarea deciziilor noastre curente, creierul lucrează nu numai cu valorile deontice, de

Autor de corespondență:

Prof. Dr. Adrian Restian
E-mail: restian2003@yahoo.com

obligatoriu, de indiferent și de interzis, reglementate prin regulile și legile sociale, la care au apelat autoritățile în timpul pandemiei, ci și cu valori etice, estetice și mai ales afective, de confort, de plăcut și de neplăcut, pe care instinctele noastre le caută cu înverșunare. Chiar mai mult, omul caută de multe ori să-și folosească rațiunea pentru a-și realiza plăcerile sale (7).

De aceea, libertatea de a-și realiza dorințele sale reprezintă una dintre nevoile fundamentale ale ființei umane. Omul vrea să fie liber pentru a-și putea îndeplini instinctele și dorințele sale, chiar dacă această libertate îl duce de multe ori la eșec. El nu renunță la fumat, deși știe că fumatul este dăunător, și nu respectă distanțarea socială, deși știe că acest virus este foarte contagios și foarte agresiv. Probabil că, plecând de la aceste observații, Jean-Paul Sartre a ajuns să spună că istoria unei vieți este povestea unui eșec. Ceea ce nu mi se pare întotdeauna adevărat, chiar dacă omul nu a fost, nu este și nu va fi niciodată o ființă rațională, ceea ce, după mine, ar însemna să fie un robot. Dar, chiar și atunci, el va fi, după cum am arătat în repetate rânduri, un robot sentimental (8). El va depinde de niște dependențe, care uneori pot fi morbide, așa cum ar fi dependența de droguri. Ca să nu mai vorbim de dependența de zahăr, care nu este nici ea mai lipsită de pericol (9).

În aceste condiții, este evident că, între valorile deontice, impuse de regulile și de legile sociale, care restrâng libertatea ființei umane, așa cum se întâmplă în timpul pandemiei, și valorile hedonice, impuse de instinctele și dorințele noastre, apare o luptă internă, după cum susțin psihanalistii (10), sau un război nevăzut, după cum spun Sfinții Părinți (11). Iar această luptă internă poate să ducă ea însăși, după cum susțin psihanalistii, la o adevărată nevroză. De aceea, unii indivizi, așa cum ar fi personalitățile paranoide, obsesive sau antisociale, nu cedează prea ușor la libertatea de a-și realiza dorințele și instinctele lor, în orice condiții sociale. Și, astfel, ne apropiem foarte mult de oamenii care ne înconjoară, cu dorințele, tendințele și particularitățile lor care depășesc de multe ori limitele largi ale normalului. Pentru că între normal și nebunie nu există o distanță foarte mare, care poate fi trecută foarte ușor, mai ales în condiții de criză, așa cum este această pandemie. Pentru că nu este normal să consumi mai multe droguri și să-ți bați soția și copiii doar pentru că legea te obligă să stai în carantină. Doar ca să te răzbuni pe cineva. Sau să reduci din libertatea altora, așa cum au făcut autoritățile, exercitându-și voința de putere, de care vorbea Friedrich Nietzsche (12), doar pe baza unor ipoteze, care s-au dovedit a fi discutabile, dacă nu greșite sau cel puțin exagerate. De aceea, unii lideri sunt anchetați deja pentru măsurile luate. Iar William Barr, procurorul general al SUA, a arătat că izo-

larea în case a populației a fost unul dintre cele mai mari abuzuri de la sclavagism încoace. Ceea ce mi se pare puțin cam exagerat. Dar unii experți au arătat că izolarea totală nu a dus la rezultatele așteptate, din moment ce al doilea val este mai mare decât primul. Iar unele țări, așa cum ar fi Suedia, au obținut aceleași rezultate fără a impune restricții deosebite și fără a-și prăbuși economia. Însă este evident că, în lipsa unor cunoștințe precise privind acest virus foarte nou, toate acțiunile pot părea retrospectiv ușor eronate.

Dar nebunia nu trebuie confundată cu boala psihică. Nebunia aceasta, de care se vorbește de multe ori și în care putem cădea noi înșine, nu este identică cu nebunia din bolile psihice. Nebunia obișnuită despre care vorbim în termeni literari are, după cum arată C. Enăchescu (13), o sferă semantică mult mai mare și mult mai vagă decât nebunia medicală de care se ocupă psihiatrii. Am putea spune că, în timp ce bolile psihice afectează mai mult sfera ontologică, adică biologia creierului, nebunia obișnuită, despre care se vorbește de obicei, afectează mai mult sfera axiologică, a normelor și a valorilor. Ea afectează mai mult sfera socială, sfera morală și culturală decât sfera biologică și medicală. Chiar dacă pandemia poate decompensa niște bolnavi psihic, nebunia pe care a produs-o coronavirusul este mai des întâlnită în rândul populației relativ normale, în înțelesul general al cuvântului. De aceea, i se și spune nebunie socială, de care nu se ocupă psihiatrii și care se manifestă, după cum spunea C. Romanescu (14), în afara porților spitalului de psihiatrie.

Nebunia socială este considerată ca o comportare neobișnuită, care depășește normele și valorile societății respective, așa cum ar fi negarea virusului și a vaccinărilor, spre exemplu. Și trebuie remarcat faptul că peste 30% dintre francezi, dintre englezi și dintre americani declară că ei nu se vor vaccina contra coronavirusului, deși sunt speriați de el. Nebunia socială poate fi privită ca o originalitate, ca o alienare, o sminteață, o smintire, o țicneală, o demență sau chiar o tulburare mintală. În orice caz, nebunia, așa cum este ea înțeleasă de obicei, depășește cu mult sfera bolilor psihice, care sunt, din fericire, mult mai rare, mai ușor de sistematizat și de încadrat în niște entități nosologice decât nebunia obișnuită, care este mult mai frecventă, mult mai variată și mult mai greu de sistematizat, fiind considerată chiar ca o expresie a variabilității umane. Adică fiecare om are nebunia lui și de câte ori depășește granița, destul de vagă, dintre normal și patologic.

Nebunia socială ar fi un fel de prenebie, așa cum este prediabetul, un fel de nebunie mai mică și mai reversibilă decât nebunia adevărată. În nebunia comunitară putem face gesturi pe care să le regretăm și să le evităm mai târziu. Probabil că de aceea s-a și inventat iertarea unor acte de care ne pare rău că le-am făcut.

Deși ele se produc destul de frecvent, ceea ce aduce în discuție dificultatea de a fi normali, într-o lume nebună, nebună, nebună, după cum susținea și regizorul Stanley Kramer. Și acest lucru se întâmplă pentru că nebunia este contagioasă, tot așa după cum și informația care se află la baza ei este transmisibilă și contagioasă. Delirul indus este, de fapt, o contagiune informațională (15).

Se pare că nebunia medicală, de care se ocupă psihiatrii, privește mai mult individul și hard-ul, adică structura creierului, pe când nebunia comunitară privește mai mult societatea și soft-ul, adică programul de funcționare a creierului. De aceea, am putea spune că, în timp ce boala psihică ar interesa mai mult medicina decât psihologia, sociologia și filosofia, nebunia obișnuită ar interesa mai mult psihologia, sociologia, morala și filozofia decât medicina. Dar nu trebuie să uităm faptul că nebunia trebuie să aibă și ea, în cele din urmă, pe lângă componenta socială, educațională și culturală, și o componentă biologică. În acest sens, am putea da exemplul imitația susținută de neuronii în oglindă, care reprezintă, probabil, una dintre cele mai mari descoperiri ale neuroștiințelor din ultimele decenii, care ne explică nu numai de ce apar unele forme de nebunie, ci și de ce nebunia comunitară este mult mai contagioasă decât bolile psihice (15).

Rolul nebuniei în istoria omenirii

Este evident că unii conducători de state au fost puțin cam nebuni, așa cum a fost împăratul Nero, care a dat foc Romei, pentru a opri răspândirea creștinismului. Dar, din antichitate și până azi, au fost foarte mulți conducători nebuni, pentru că, chiar dacă ești normal, puterea te corupe și te poate duce foarte ușor la nebunie, dacă nu cumva chiar la o boală psihică (16).

Însă este foarte interesant de remarcat faptul că, în timp ce medicii se ocupau de bolile psihice majore, pe care le internau în spitale, nebunia comunitară, sau mica nebunie, ca să-i spunem așa, a fost lăsată pe seama prietenilor, a vecinilor, a colegilor, dar mai ales a artiștilor, care s-au ocupat cel mai mult de nebunia socială care se manifestă, uneori distructiv, dar de multe ori constructiv, realizând lucruri pe care un om normal nu le-ar putea face. Ar fi interesant de remarcat câți medici ar fi în stare să-și introducă singuri un cateter în inimă, așa cum a făcut Werner Forssmann, sau câți oameni ar fi în stare să zboare cu un avion artizanal, așa cum au făcut Traian Vuia, Aurel Vlaicu și Henri Coandă.

În orice caz, în 1494, Sebastian Brant a scris o carte intitulată „Corabia nebunilor”, care era plină de bețivi, de cartofori, de mincinoși, de proxeneți și de mitocani. Care, chiar dacă nu erau schizofreni, paranoici sau bipolarari, de care se ocupă psihiatrii, nici normali nu erau. Erasmus din Rotterdam a scris un elogiu al nebuniei.

William Shakespeare a descris în piesele lui un întreg ospiciu de regi nebuni și de fiice criminale. Alexandre Dumas a scris „Comedia umană”, iar Dostoievski a descris abisul plin de pericole din creierul nostru. Iar în 1962, Katherine Porter a scris o nouă carte intitulată „Corabia nebunilor”, ecranizată de regizorul Stanley Kramer. Iar filmul a primit 8 premii Oscar, ceea ce înseamnă că nebunia impresionează mai mult decât normalitatea. Pentru că nebunia nu este numai antirațională, ci este mult mai emoțională și de multe ori îi cucerește pe spectatorii. Iar dacă lumea este o mare scenă, aceasta se datorează nebunilor și a excenetricilor, care o fac mai vie și, uneori, chiar mai frumoasă. Salvador Dali a scris, fără modestie, „Jurnalul unui geniu”, menit să salveze pictura. Și a salvat-o într-o oarecare măsură, salvându-se și pe el însuși (17).

Aproape fiecare piesă și fiecare roman au câte un personaj ceva mai original, ca să nu spun mai nebun. Adică nebunia, care se plimbă nestingherită și colorează societatea umană, a constituit subiectul multor opere artistice. Spre exemplu, pictorul Hieronymus Bosch a pictat corabia nebunilor, care nu este altceva decât pământul care poartă în univers o ceată de nebuni. Dar, după cum ne-a arătat Stanley Kramer, nici astăzi nebunia nu a dispărut și reprezintă nu numai un subiect de discuție, ci uneori și de îngrijorare sau de bucurie. Florin Tudose scria în 2013, adică înainte de pandemie, că noi trăim astăzi într-o societatea angoasată, evidențiind angoasa care zace în sufletul fiecărui muritor. Și, din când în când, ia proporții mai îngrijorătoare, așa cum s-a întâmplat în timpul pandemiei, când moartea oferă imagini mai concrete și anxietatea a crescut cu 40,9%, iar depresia cu 30,9% (1). De aceea, pandemia aceasta a devenit un subiect foarte îngrijorător, care a tulburat mai mulți oameni la cap decât a reușit virusul să-i îmbolnăvească la plămâni.

Noi trăiam și înainte de pandemie într-o lume angoasată, în care unii oameni o luau razna, după cum spunea Andrei Pleșu, în 2014. Constantin Romanescu vorbea în 2008 despre nebunia socială contemporană. Iar L. Cuțitaru scria și el, în 2012, despre nebunia socială, care dansează printre noi. Dar acum, cu ocazia pandemiei, nebunia a crescut foarte mult. Deoarece nebunia, care se află la limitele normalului, nu așteaptă decât o mică ocazie ca să se manifeste din plin (16). Ca să nu mai vorbim de faptul că ea este poate chiar mai contagioasă decât virusul (15).

Influența pandemiei asupra psihicului uman

Adică peste problemele noastre, peste stresurile noastre, peste personalitățile noastre, mai mult sau mai puțin deviate, a venit la un moment dat această pandemie, care a tulburat și mai profund viețile noastre, nu atât prin virusul care o întreține, cât prin mediatizarea excesivă, cu informații tot mai negative, care au băgat frica în noi.

Măsurile foarte severe pe care le-au luat autoritățile, așa cum au fost izolarea întregii populații, folosirea măștilor și păstrarea distanței sociale, necesare pentru a preveni contagiunea cu un virus foarte contagios și foarte agresiv, au tulburat profund viața oamenilor. În primul rând, pentru că pandemia venea pe fondul unor probleme existente. Iar unii oameni aveau chiar anumite boli sau anumite predispoziții patologice. Spre exemplu, bolnavii de cancer care depindeau de tratamentul citostatic și radioterapic, precum și alți bolnavi cronici s-au trezit abandonați de spitalele dedicate pandemiei. Situație care avea să se răzbune deoarece mureau mai ales bolnavii care aveau boli cronice netratate corespunzător.

Pe de altă parte, prin izolare, oamenii au fost privați de informațiile absolut necesare legate de mediul lor de viață și de muncă. Așa, spre exemplu, ei nu-și mai puteau vedea colegii, prietenii, părinții sau copiii situați în altă localitate. Apoi, ei nu mai știau care este situația de la locul lor de muncă. Unii și-au pierdut chiar locul de muncă. Ceea ce a produs, desigur, destulă anxietate, care venea pe fondul unei angoase pe care o are, oricum, orice ființă muritoare, într-o societate foarte solicitantă și, de multe ori, chiar foarte ostilă. Apoi, ei au început să fie bombardați, de către mass media, cu o mulțime de informații negative, cu mare încărcătură emoțională, privind evoluția pandemiei, precum creșterea numărului de cazuri, creșterea numărului de morți sau lipsa de aparatură și a paturilor la secțiile de terapie intensivă, informații care produceau și ele anumite tulburări psihice (18).

După cum se știe, privarea informațională, așa cum a fost izolarea la domiciliu, determină o serie întreagă de tulburări psihice cum sunt anxietatea, confuzia, tulburarea ritmurilor biologice, mergând până la delir și halucinații (19). Adică, dacă nu primește informațiile necesare, omul începe să inventeze și să confabuleze. De aceea, foarte mulți cercetători au arătat că, deși izolarea poate fi foarte utilă în prevenirea și în combaterea bolilor transmisibile, ea poate duce la o serie întreagă de tulburări psihice (20), cum sunt oboseala, anxietatea, depresia, insomnia, tulburările obsesivofobice, precum spălatul excesiv, fobia de locurile aglomerate și așa mai departe (21).

Cercetările de psihoimunologie au arătat că oamenii izolați sunt mai predispuși la boli infecțioase. S-a constatat că sistemul imunitar al unor oameni izolați răspunde mult mai slab la infecții. Iar K.J. Smith, S. Gavey și N.E. Riddell (22) au arătat că singurătatea și izolarea intensifică procesele inflamatorii, care joacă un rol foarte important în pneumonia produsă de coronavirus, care este, de fapt, o hiperinflamație. De asemenea, cercetările au arătat că izolarea a dus la creșterea consumului de alcool și de tutun cu 40% și a pornografiei cu 26%. Ca să nu mai vorbim de creșterea

agresivității în familie, de creșterea divorțurilor, de lipsa exercițiului fizic și de obezitate, care reprezintă un factor de risc foarte des întâlnit în infecția cu coronavirus (23).

Dar, pe lângă faptul că au fost privați de o serie de informații absolut necesare din mediul lor de viață și de muncă, privind starea rudelor și a prietenilor, precum și starea economică a întreprinderilor unde lucrează, oamenii aflați în izolare erau bombardați cu o mulțime de informații negative privind evoluția pandemiei. Iar aceste informații negative, care sunt prelucrate cu prioritate, nu pot să nu influențeze starea noastră de sănătate.

Noi am arătat, încă din 1990, că suprasolicitarea informațională, așa cum s-a întâmplat în timpul pandemiei, poate produce un stres informațional (24), manifestat printr-o serie întreagă de simptome psihice, precum oboseala, iritabilitatea, anxietatea și depresia psihică, cu toate manifestările lor somatice, așa cum sunt palpitațiile, tahicardia, durerile musculare, cefaleea, durerile abdominale, grețurile, transpirațiile și altele. Dar, pe lângă manifestările clinice, suprasolicitarea informațională poate produce și o serie de modificări endocrine și metabolice, precum creșterea sintezei de catecolamine (25) și a nivelului de colesterol (26). Nu mai vorbim de faptul că stresul și depresia pot distruge neuroni. Și este foarte interesant că unele antidepressive stimulează regenerarea neuronilor. Dar și psihoterapia, adică informația, poate stimula regenerarea neuronilor. Ceea ce demonstrează rolul informației în organismul uman. Și, după cum se poate constata foarte ușor, manifestările clinice ale stresului informațional se întâlnesc foarte frecvent printre oamenii aflați în jurul nostru, care sunt privați de anumite informații, dar sunt bombardați în permanență cu alte informații negative. Care sunt de multe ori contradictorii și produc o stare de confuzie. Așa cum se întâmplă în cazul teoriilor conspirative, care neagă existența virusului sau utilitatea vaccinului. De aceea, cercetătorii chinezi au arătat că, în timpul pandemiei, depresia din rândul populației a crescut cu 50%, anxietatea cu 45% și insomniile cu 34% (27).

Prea multă informație (negativă) strică

Deși informația este absolut necesară pentru desfășurarea numeroaselor procese de reglare de care depinde sănătatea noastră, într-un mediu foarte variabil și uneori chiar foarte ostil, așa cum se întâmplă în această pandemie, totuși, organismul nostru nu poate recepționa și prelucra prea multe informații, ceea ce poate duce la o adevărată patologie informațională (28). Dar noi trăim astăzi într-o societate informațională caracterizată de creșterea vertiginoasă a producției de informații, precum și a mijloacelor de comunicare în masă, care ne asaltează în permanență cu o cantitate

extrem de mare de informații, prin intermediul presei, al radioului, al televiziunii, al telefonului mobil, al internetului și al facebook-ului, așa încât omul contemporan este ținut într-un permanent stres informațional (29). Dar el însuși acordă peste 9 ore pe zi mijloacelor de comunicare moderne, pentru că a devenit, în mod paradoxal, nu numai agresat, ci și dependent de aceste informații. Noi am arătat că aportul informațional determină creșterea sintezei de endorfine și de dopamină (30). De aceea, foarte mulți oameni devin dependenți de informație, adică de televiziune, de internet, iar peste 70% dintre tineri sunt dependenți de telefonul mobil (31). Ceea ce face ca omul contemporan să trăiască mai mult într-o lume virtuală, mai mult într-o lume de știri și de telenovele decât din lumea reală. S-a constatat că oamenii speriați acordă mai mult timp posturilor de știri, care îi bombardează cu informații negative, ceea ce poate avea serioase repercusiuni asupra stării lor de sănătate (32).

Dar nu numai cantitatea, ci și calitatea informațiilor poate produce anumite tulburări. Pentru că nici nu prea există informații neutre, care să nu fie investite cu o anumită coloratură afectivă. Noi am arătat că psihotrauma acționează tocmai prin calitatea informației pe care o aduce, adică prin semnificația pe care o are pentru noi informația respectivă (33). Iar informațiile negative pe care le transmit mediile de informare, mai ales în cadrul acestei pandemii, au o încărcătură emoțională și o semnificație foarte mare, deoarece pun în discuție nu numai sănătatea, ci și viața noastră (34). I. Goldin (35) arată că această pandemie reprezintă cel mare dezastru pe care l-au înregistrat vreodată țările dezvoltate. Iar recepționarea unor astfel de informații negative, de multe ori exagerate, poate duce la instalarea automată și inconștientă a anxietății, a depresiei și a fobiilor. Pentru că, după cum arată A. Newberg și M.R. Waldman (36), informațiile negative stimulează activitatea amigdalei, care stabilește gradul de anxietate al informațiilor respective. Dar ele inhibă activitatea lobului frontal, care ar trebui să modereze anxietatea respectivă. Iar anxietatea poate să ducă cu timpul și la tulburări somatice, așa cum ar fi creșterea tensiunii arteriale, spre exemplu (37). Pentru că nu numai factorii fizici, chimici și biologici, așa cum ar fi coronavirusul, ci și solicitările informaționale pot avea numeroase repercusiuni somatice (38). Se știe, spre exemplu, că stresul psihic poate scădea capacitatea de apărare imunitară a organismului. S-a arătat că stresul poate avea o influență foarte mare asupra sistemului imunitar (39). Dar și sistemul imunitar poate avea o influență foarte mare asupra sistemului nervos (40). Pentru că recunoașterea virusului și sinteza anticorpilor de către sistemul imunitar se fac pe baza aspectului informațional al fenomenelor, care este influențat de informațiile generate de sistemul nervos, cel care poa-

te influența migrarea limfocitelor, spre exemplu (41). Toate acestea demonstrează că informațiile negative, cu care suntem asaltați, pot influența nu numai sănătatea mintală, ci și evoluția pandemiei. De aceea, noi credem că informația, care se transmite cu o viteză mai mare decât virusul, este chiar mai contagioasă decât noul coronavirus (15).

Trăirea de gradul doi

În timpul izolării la domiciliu, omul s-a văzut obligat să comunice cu rudele, cu prietenii și cu colegii lui prin intermediul mijloacelor de comunicare în masă. El își comanda cele de care avea nevoie, alimente, haine și încălțăminte, prin internet. Își plătea chitanțele prin internet. Asculta muzică, vedea filme și piese de teatru prin internet. Își îndeplinea sarcinile de serviciu prin internet. El ducea, în opinia mea, o viață de gradul doi (42). Adică, el își trăia viața prin intermediul mijloacelor de comunicație moderne. El vedea ceea ce îi arătau redactorii, reporterii și, în cele din urmă, site-urile respective. Care nu comunicau întotdeauna niște date exacte și, astfel, l-ar fi putut manipula. Și, de fapt, au și făcut-o, chiar fără să vrea. Astfel, s-a ajuns la o globalizare și la o uniformizare a gândirii. Ideile bune sau rele se răspândeau cu viteza luminii prin internet în toată lumea. Și milioanele de oameni începeau să gândească prin intermediul posturilor și al site-urilor respective (43).

Dar acest lucru s-a întâmplat la un nivel mai redus și înainte de pandemie. Foarte mulți oameni acordau aproape tot timpul lor mijloacelor de comunicare în masă. Ei petreceau mai mult timp la televizor decât petreceau la serviciu. Ei își consumau viața în buletinele de știri și în telenovele. În detrimentul vieții reale. Adică ei trăiau chiar și înainte de pandemie o viață de gradul doi, într-o realitate virtuală (44).

Dar realitatea virtuală este privată de ceea ce cercetătorii numesc *qualia*, termen care a fost introdus de Charles Peirce în 1866 și care ar corespunde sentimentului de originalitate. De aceea, un tablou copiat foarte bine nu poate avea calitățile inefabile ale tabloului originalul. După Daniel Denett (45), *qualia* reprezintă caracterul subiectiv, inefabil, care nu poate fi comunicat decât prin experiența directă a individului cu persoana sau cu obiectul respectiv. *Qualia* ar reprezenta calitatea subiectivă, de durere când o persoană vede o scenă agresivă sau de bucurie atunci când miroase un trandafir sau când bea un pahar de vin. Gustul vinului, mirosul unui trandafir și experiența de viață a individului nu pot fi transmise de mass media. Un pahar de vin pe internet nu are nicio valoare ca în realitate. De aceea, individul are senzația de artificial sau chiar de fals, care îi produce cu timpul o stare de depresie psihică. Omul normal simte nevoia să vadă și să pipăie obiectul respectiv. El simte nevoia să-și vadă în

realitate familia, în mijlocul căreia simte ceea ce nu poate fi redat de mijloacele de comunicare actuale. De aceea, în timpul izolării la domiciliu s-au dat peste 300.000 de amenzi pentru cei care au fugit din izolare. Omul simte nevoia să fie liber cu orice preț. Pentru că libertatea este una dintre cele mai importante valori ale omului, precum și a celorlalte animale, care nu se simt prea bine în cușcă. Evident că există și alte valori, așa cum ar fi sănătatea, iubirea, afirmarea, recunoașterea și confortul, pentru care omul se luptă din răspuțeri. Dar libertatea, atât de discutată în pandemie, reprezintă probabil valoarea cea mai mare, pentru care omul își sacrifică și viața de multe ori.

Este evident că Dumnezeu i-a dat omului o mare libertate de acțiune, dar, după cum arată Sfântul Apostol Pavel, nu tot ce face omul este spre folosul lui. Cu toate acestea, omul nu este dispus să renunțe la libertate, chiar dacă de multe ori el încalcă poruncile lui Dumnezeu și chiar dacă acțiunile lui îi dăunează de multe ori foarte mult. După cum se vede și în această pandemie, când încalcă, de multe ori cu nonșalanță, regulile de prevenire absolut necesare. De multe ori, el se amăgește că datele statistice nu îl vor atinge pe el.

Deoarece creierului omului, deși este cel mai perfecționat organ din univers, are, totuși, anumite imperfecțiuni (46). El nu numai că se amăgește, nu numai că greșește de foarte multe ori, dar se și apără, se dezvinovățește, de foarte multe ori împotriva oricăror evidențe. De aceea, Sfinții Părinți recomandă o luptă cu gândurile, care sunt de multe ori păcătoase, inima fiind, după ei, cel mai curat organ, în care sălășluiește Dumnezeu (47).

CONCLUZII

În concluzie, am putea spune că, pe lângă afectările somatice, pandemia – sau, mai bine zis, mediatizarea excesivă a pandemiei cu informații negative – a produs foarte multe tulburări psihice. A agravat unele tulburări psihice și a scos la lumină tulburări noi. Ca să nu mai vorbim de consecințele economice și sociale, care sunt inevitabile. Pentru că scăderea economiilor și revoltele antirasiale din SUA nu sunt absolut independente de pandemia care ne-a tulburat mințile și care a fragilizat societatea contemporană.

BIBLIOGRAFIE

- Campbell AM. An increasing risk of family violence during the COVID-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives. *Forensic Science International: Reports*. 2020 Dec;2:100089.
- Restian A. De la viroză la nevroză. *Viața Medicală* 2020;20.
- Czeisler ME, Lane RI, Petrosky E, et al. Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic – United States, June 24–30, 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2020;69:104-1057.
- Kushner J. The role of social media during a pandemic. Available at <https://khoros.com/blog/social-medias-role-during-covid-19>.
- Damasio A. *Eroarea lui Descartes*. Humanitas, 2005.
- Goleman D. *Inteligența emoțională*. Curtea Veche, 2018.
- Restian A. Algorithmic and heuristic processing of information by nervous system. *International Journal of Neuroscience* 1980;4:279-293.
- Restian A. *Homo ciberneticus*. Editura Științifică, 1983.
- Taubes G. *Zahărul în boxa acuzaților*. Meteor Press, 1919.
- Freud S. *Introducere în psihopatologie*. Editura Diadactică, 1980.
- Evagrie P. *Lupta cu gândurile*. Editura Deisis, 2010.
- Nietzsche F. *Voința de putere*. Editura Aion, 1999.
- Enăchescu C. *Fenomenologia nebuniei*. Editura Paideia, 2004.
- Romanescu C. *Nebunia socială contemporană*. Lumina, 11 iulie 2008.
- Restian A. Informația este mai contagioasă decât coronavirusul. *Medica Academica* 2020;109:18-24.
- Restian A. Micul pas de la normal la nebunie. *Forumul Psihiatru.ro*, 2014.
- Dali Salvador. *Jurnalul unui geniu*. Editura Humanitas, 2012.
- Hao K, Basu T. The coronavirus is the first true social-media infodemic, MIT Technology Review, February 12, 2020.
- Burgmeister J. Privation sensorielle. *Confrontations Psychiatriques* 1970; 6:279-297.
- Brooks SK et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet* 2020; 395(10227):912-920.
- Sanchez Nicolas E. WHO warning on lockdown mental health. *Euro Observer*, 27 March 2020.
- Smith KJ, Gavey S, Riddell NE, Kontari P, Victor C. The association between loneliness, social isolation and inflammation: A systematic review and meta-analysis. *Neurosci Biobehav Rev*. 2020;112:519-541.
- Kass DA, Duggal P, Cingolani O. Obesity could shift severe COVID-19 disease to younger ages. *Lancet*. 2020; 395(10236):1544-1545.
- Restian A. Informational stress. *Journal of Royal Society of Medicine* 1990;6:380-383.
- Restian A, Daghe V. Influența solicitărilor informaționale asupra secreției de catecolamine. *Congresul Național de Fiziologie*, 1986.
- Restian A, Moldovan V. Influența solicitărilor informaționale asupra colesteroliei. *Revista Medico-Chirurgicală (Iași)* 1978; 2:87-94.
- Brunier A., Substantial investment needed to avert mental health crisis. *OMS Newsletter*, 14 May 2020.
- Restian A. *Patologia informațională*. Editura Academiei, 1997.
- Restian A. *Patologia specifică societății informaționale*. *Congresul Asociației Medicale Române*, 2019.
- Cristea A, Restian A. Endogenous opioid abstinence syndrome. *Rom J Physiology*. 1993;3.
- Singh BM. Cell Phone Dependence – a new diagnostic entity. *Delhi Psychiatry Journal* 2008;11:123-124.
- Faasse K, Gamble G, Cundy T, Petrie KJ. Impact of television coverage on the number and type of symptoms reported during a health scare: A retrospective pre-post observational study. *BMJ Open*. 2012;2(4):e001607.
- Restian A. Valoarea informațională a psihotraumei. *Revista Medico-Chirurgicală* 1970;3:625-630.

34. Holman EA, Garfin DR, Lubens P et al. Media exposure to collective trauma, mental health, and functioning: Does it matter what you see? *Clinical Psychological Science* 2020;8(1):111-124.
35. Goldin I. Coronavirus is the biggest disaster for developing nations in our lifetime. *The Guardian*, 21 April 2020.
36. Newberg A, Waldman MR. Cuvintele îți modelează creierul. *Curtea Veche*, 2019.
37. Gerin W, Zawadzki MJ et al. Rumination as a Mediator of Chronic Stress Effects on Hypertension: A Causal Model. *International Journal of Hypertension* 2012;2012:453465.
38. Restian A, Cristea A. Manifestările somatice ale solicitărilor informaționale. *Revista Medicală Română* 1993;1.
39. Padgett DA, Glaser R. How stress influences the immune response. *Trends Immunol.* 2003;24(8):444-8.
40. Rabin BS, Cohen S, Ganguli R, Lysle DT, Cunnick JE. Bidirectional interaction between the central nervous system and the immune system. *Crit Rev Immunol.* 1989; 9(4):279-312.
41. Ottaway CA, Husband AJ. Central nervous system influences on lymphocyte migration. *Brain, Behavior, and Immunity* 1992;6(2):97-116.
42. Patel H. Fake news about COVID-19 is spreading faster than virus. Available at <https://wexnermedical.osu.edu/blog/fake-news-about-covid-19>.
43. Heim MR. *The Metaphysics of Virtual Reality*. Oxford University Press, 1994.
44. Burdea GC, Coiffet P. *Virtual reality technology*. Wiley-IEEE Press, 2003.
45. Dennett DC. *Quining qualia. Consciousness in modern science*. Oxford University Press 1988.
46. Restian A. Imperfecțiunile creierului uman. *Practica Medicală* 2011;4:273-280.
47. Părintele Daniel. *Curăția inimii*. Editura Arion, 2012.