

Bisceanu Raluca-Georgiana  
Universitatea din Bucuresti  
Facultatea de Litere,  
Sectia Comunicare si Relatii Publice  
Anul III

*Premiul II*

## **TRĂIEȘTE CU MĂSURĂ!**

Mi-am dorit foarte mult să ajung la dezbateră “Trăiește cu măsură!”, iar acum simt nevoia să scriu despre acest subiect, tocmai pentru că mă consider o persoană care “Trăiește cu măsură!” (unii apropiați de-ai mei ar spune chiar că “prea cu măsură!”)

E adevărat, deși am 21 de anișori se presupune că la vârsta asta trebuie să accepți absolut orice provocare (chiar dacă asta înseamnă să sfidezi moartea), să profiți de orice ocazie ca să te distrezi și să experimentezi lucruri “cool”, care îți vor da milioane de “thrills” și te vor urca în al nouălea cer!

Ideea de “a trai cu măsură” își are rădăcinile în vechea zicală românească “ce-i mult, strică!” și s-ar putea traduce și prin mai noua expresie “evitați excesele de orice fel!” Pe oricare dintre ele ai prefera-o, este de reținut că toate exprimă un adevăr... același!

De fapt...ce înseamnă să trăiești cu măsură? Pentru cine acceptă acest motto pe lista principiilor după care se ghidează în viață, “trăiește cu măsură!” are semnificații diferite...

Pentru o studentă venită din provincie, Bucureștiul reprezintă un fel de “California dreamin”<sup>4</sup>. Visezi că atunci când vei pune piciorul pe tărâmul tuturor posibilităților, să îți faci o mulțime de prieteni, să frecventezi cele mai “trendy” localuri, să ai cele mai “tari” experiențe... Dar cu ce preț? Aceasta a fost și întrebarea pe care mi-am pus-o, când m-am hotărât că a pleca la studii în Capitală și a fi pe cont propriu nu înseamnă să renunți la principiile pe care mi le stabilisem deja încă din generală și le consolidasem în liceu, când în jurul meu din ce în ce mai mulți tineri cădeau pradă tentațiilor de tot felul, dându-și seama de puterea distructivă a acestora doar când era mult prea târziu pentru a mai putea face ceva...

La 21 de ani mă consider încă o adolescentă. Îmi place să ies cu prietenii mei în oraș, îmi place să ascult muzica și mai ales să dansez, îmi plac melodiile “oldies but goldies”, îmi plac petrecerile, îmi place să citesc, cred în Dumnezeu, îmi place să merg la teatru, să mă uit la filme, îmi place să merg pe munte, să beau o bere când se cântă la chitară în jurul focului de tabără, îmi place să stau de vorbă cu amicii pe messenger, îmi

place să îmi petrec timpul cu prietenul meu cât mai plăcut cu putință. Acestea sunt activitățile cu care îmi place să îmi ocup timpul...activități tipice pentru orice tânăr de vârsta mea... Dacă însă nu mi-aș fi stabilit de la bun început un sistem de valori și niște limite clare, probabil că prezentul ar fi altfel, nu știu dacă mai bun sau mai rău, dar cu siguranță altfel...

Așadar, reluând, îmi place să ies cu prietenii, dar ei nu sunt foarte mulți și au fost cu grijă aleși: sunt persoane care îmi seamănă din punctul de vedere al atitudinii față de viață. Îmi plac petrecerile, dar ele nu sunt doar un prilej de a cunoaște noi oameni, de a asculta muzică, de a bea un pahar de “ceva”, fără excese și alte substanțe care să îți inducă stări euforice. Cred în Dumnezeu, dar niciodată nu am căzut în fanatism! Îmi plac călătoriile pe munte, însă niciodată nu mă aventurez pe trasee nemarcate sau periculoase și nici nu îmi asum riscuri inutile. Îmi place să “chatt-uiesc” cu prietenii pe net, dar nu mi-am făcut o viață virtuală și nici nu mi-am creat o nouă identitate pe care să o afișez on-line, în detrimentul celei adevărate. Țin foarte mult la prietenul meu și ne simțim foarte bine când suntem împreună, dar cu siguranță niciunul dintre noi nu a făcut o obsesie pentru celălalt. Fumătoare nu sunt, iar consumul de droguri nici măcar nu intră în discuție: aici principiul meu este de neclintit – nu mai e vorba de niciun fel de măsură, ci de o interdicție categorică. Majoritatea activităților au repercusiuni negative dacă se întrec măsura; există însă anumite - să le spunem tot activități - a căror simplă experimetare are consecințe grave. Una dintre acestea este cu siguranță consumul de droguri!

Personal, cred că modul în care gândești și principiile pe care ți le stabilești în viață sunt influențate în mare măsură și de educația pe care o primești acasă. Dar nu trebuie generalizat! Asta nu înseamnă că dacă cineva a căzut în gheara abuzurilor de tot felul, e vina părinților sau a educației primite. În acest proces un cuvânt de spus îl au și alți factori precum caracterul omului sau anturajul pe care și-l alege. Ceea ce e clar e faptul că în zilele noastre trebuie să fii puternic pentru a reuși să rezisti acestor timpuri moderne pline de tentații de tot felul, aflate la tot pasul.

Încerc să îmi gestionez “cu masură” viața și până acum mi-a reușit asta. Totuși, există un aspect în care depășesc mai mereu limita. E vorba de stabilirea obiectivelor mele. Pentru că sunt o perfecționistă, sunt foarte exigentă, în special cu mine însămi. Îmi stabilesc niște obiective uneori cam nerealiste și sufăr foarte mult când nu reușesc să le ating. Probabil este și din cauza că vreau întotdeauna mai mult... această nemulțumire veșnică specifică omului... “hora hedonistă” cum o numește Harry Helson. Până acum nu am suferit eșecuri foarte mari pe plan profesional – căci aceasta reprezintă sfera unde omul vrea din ce în ce mai mult! Toate examenele majore pe care le-am dat până acum le-am trecut cu bine și astfel am intrat la clasa de engleză la școala generală, la clasa de limbi străine la cel mai bun colegiu din orașul natal și apoi la facultatea și mai ales la secția dorită, în ciuda concurenței foarte acerbe. Toate acestea mi-au oferit satisfacție pe moment. Apoi am început să vreau mai mult... Cineva mă poate contrazice aici, spunându-mi că, dacă nu am vrea mai mult, ne-am plafona.... Sunt de acord! Numai că trebuie și aici cunoscute și trasate niște limite! Trebuie să ne cunoaștem foarte bine, să știm cam care ne sunt puterile,... iar în cazul în care nu reușim... să existe și alte “portite de scăpare”. Personal, încerc să mă vindec și astfel mi-am făcut un obicei ca la o anumită perioadă să trag o linie și să văd ce-am mai făcut, ce-am mai împlinit din ceea ce mi-am propus, să mă bucur pentru orice realizari și să consider că sunt pe drumul cel bun!

Cu siguranță că nu sunt o tânără-model! Doar că mi-am dat seama că viața este un dar extraordinar, pe care-l primești numai o dată și de care tebuie să te folosești astfel încât să nu provoci rău... nici ție... și nici celor din jurul tău... Problema e că foarte mulți tineri nu conștientizează când se poate provoca acest “rău” atât de abstract, și totuși cu consecințe atât de “concrete”!

Recunosc că și eu am avut unele probleme în introducerea și menținerea unei vieți echilibrate. Asta se petrecea prin școala generală, când începusem să capăt admirație față de o nouă colegă de școală... Deși fuma (avea în jur de vreo 13 ani), iar asta îmi dispăcea, admiram faptul că era foarte populară, cunoștea foarte mulți tineri, în special băieți din ani mai mari, iar la acea vârstă se știe că visul oricărei eleve de generală e să aibă un prieten mai mare, de preferat la liceu! Am reușit să mi-o fac prietenă, ne vizitam, până când mi-am dat seama că o asemenea prietenie nu poate duce la nimic bun, în special pentru mine. Am fost pe punctul de a o lua pe căi greșite, dar educația primită acasă, intervenția părinților mei, dar și conștiința mea au fost mult mai puternice și, astfel, am putut să conștientizez că poți fi popular și altfel decât să fumezi și să frecventezi petrecerile din oraș, că există distracții adecvate fiecărei vârste și că poți să ai un prieten și de la clasa vecină!

Totuși, hotărârea mea de a-mi stabili niște principii clare, după care să mă ghidez în viață, se leagă de o experiență trăită prin anul I de liceu. Veneam de la pregătire de la engleză... o duminică după-amiaza obișnuită, leneșă, pe o stradă liniștită din Buzău. Doi tineri băieți veneau din față, pe același trotuar pe care mergeam eu. Erau înalți, cu păr lung, îmbrăcați în haine negre, fiecare purtând câte un rucsac în spate. Imediat mi-am adus aminte că în acel weekend avea loc un spectacol la noi în oraș, în care cântau trupe de rock din țară. Uitasem complet de acel concert, dar știam că în acea perioadă de 3 zile foarte mulți rockeri din alte orașe poposeau prin Buzău. Băieții păreau că vor să se grăbească, însă mersul le era foarte nesigur. La un moment dat, când se aflau în dreptul meu, unul dintre ei își dă ochii peste cap și cade. Celălalt, vădit panicat, cade și el în genunchi, îl cuprinde pe celălalt în brațe și începe să strige “Aoleu! Vali! Ce-ai, mă?” Vali era pe jos, nu mai mișca deloc... Eu eram stupefiată, mai ales că totul se petrecea la doi metri în fața mea. Nu știam ce să fac, ce să zic. Pe strada, nimeni altcineva! Abia după câteva minute, vreo doi oameni, alertați probabil de strigătele celui alt tânăr, au ieșit la geam, curioși să afle ce se întâmplă. Aud ca prin vis ceva de “Salvare”... Mă mobilizez și apelez 112. Timpul cât am așteptat ambulanța mi s-a părut o veșnicie. Stăteam pur și simplu și mă uitam la cei doi băieți: unul întins pe jos, nemișcat, iar celălalt încercând să-l resusciteze cumva. Amândoi miroseau puternic a alcool. Odată ambulanța sosită, în agitația paramedicilor, la urechi mi-a ajuns expresia “comă alcoolică”. Brusca mi s-a făcut inima cât un purice! Băiatul ăla să tot o fi avut 18-19 ani... Coma alcoolică! Mărturisesc că zile și mai ales nopți întregi am fost urmărită de imaginea celor doi tineri, veniți “la distracție” în Buzău. Sigur că nu era nici primul și nici ultimul caz de comă alcoolică, la știri se întâmplau evenimente mult mai îngrozitoare, ale căror protagoniști sau victime erau tot tineri. Însă experiența trăită de mine m-a făcut să îmi pun multe întrebări.

Încerc și acum să înțeleg ce anume îi face pe unii să nu se oprească la timp, să continue până când este prea târziu? Să luăm consumul de alcool, spre exemplu, căci la el mă gândeam, având imaginea celor doi băieți în ochi. Oare ce îi determină să prefere excesul în detrimental măsurii?

Mă gândesc că un motiv ar fi anturajul pe care și l-au ales. Poate că și faptul că au înțeles că muzica ascultată de ei (rock) e de cele mai multe ori asociată cu ideea de rebeliune, iar pentru unii a fi rebel înseamnă a-ți lăsa părul să crească, a fuma, a consuma alcool și uneori chiar a consuma droguri. Dar să nu punem numai pe seama acestui gen de muzică totul. Am fi nedrepti! De câte ori nu am auzit printre adolescenții de azi expresii de genul: “Mamă, ce ne-am distrat noaptea trecută! Am făcut o băută!” Da! E normal ca o petrecere sau o ieșire în oraș să presupună a bea o bere, un gin tonic etc. Uneori un pahar în plus te face să te simți chiar mai curajos decât de obicei. Ce te faci însă când nu te mai oprești?

Nu am înțeles niciodată de ce unii preferă să bea mai mult decât trebuie, conștienți fiind că asta o să le provoace migrene, grețuri, iar în final o să le strice buna dispoziție. Nu înțeleg de ce gradul de distracție este direct proporțional cu cantitatea de băutură băută la o întâlnire într-un bar, într-o discotecă sau pur și simplu la cineva acasă. Și ceea ce e mai rău e că se observă o tentă de mândrie în glasul celor care povesteau: “Am băut într-un hal și pe urmă mi s-a făcut rau! Am vomat de trei ori!” Ce te oprește să stai de vorbă sau să te uiți la un meci sau la un film și să bei una, doua beri sau cât știi tu ca poți să consumi fără a avea probleme apoi?

Unii tineri ajung să facă abuz de alcool, tocmai pentru că ei consideră că băutura alcoolică reprezintă un stimulent, o licoare ce “îți dă curaj”. Deci, cu cât mai multă “poțiune”, cu atât mai mult curaj, nu? Recunosc că și eu consum un pahar de alcool când merg undeva, la o petrecere, o discotecă, o seară în oraș, iar de fiecare mecanismul de gândire este același: “Ia să beau eu un pahar de... să mă integrez în atmosferă mai ușor!”. Și nu sunt singura care gândește așa. Înainte de a redacta acest eseu, și în special acest paragraf, am interogat cațiva prieteni și vecini din cămin: “Când te duci într-un club, consumi alcool?” Toate răspunsurile au fost afirmative. Iar la întrebarea: “De ce?” mi s-a răspuns: “Beau ca să mă simt bine!/să intru în atmosferă!/ să dansez cu spor!/ parcă nu simți că ai ieșit în oraș dacă nu bei puțin!”. În ceea ce mă privește, mă mulțumesc cu “puțin curaj”, cât să îmi dezmoțesc oasele și să mă înveslesc un pic. Alții însă, din păcate, se vor eroi...

Depresiile, supărările, decepțiile, și ele reprezintă un motiv pentru care se recurge la abuzul de alcool. Toți se bucură de starea de euforie și de uitare pe care alcoolul ți-o dă, pentru un moment. Este, însă, o stare înșelătoare, care nu ne mai permite să avem un contact direct cu realitatea.

O altă cauză a abuzului de alcool, deși indirectă, dar cu consecințe grave și pe termen lung, este și promovarea din ce în ce mai accentuată a băuturilor alcoolice. Este binecunoscut impactul puternic pe care advertisingul îl are asupra milioanei de oameni. Un spot pentru băuturi alcoolice în care e prezentată o gașcă de tineri frumoși, consumând băutura X și distrându-se la maxim este imposibil să lase indiferent publicul format din adolescenți și tineri. Cu siguranță că spoturile sau printurile publicitare nu vor ca acțiunea lor să declanșeze sau să încurajeze abuzul de alcool în rândul tinerilor, dar de cele mai multe ori aceștia nu mai raționează și, astfel, ideea de distracție este asociată cu ideea de a consuma băutura X. De aceea, este de laudat demersul întreprins de cei de la

URSUS Breweries care, printr-o campanie bine pusă la punct, promovează consumul moderat de alcool în rândul tinerilor.

Libertatea reprezintă principiul pentru care cele mai multe războaie și bătălii au fost purtate. Și astăzi majoritatea acțiunilor întreprinse de oameni, în special de tineri, se fac pentru obținerea libertății. Libertatea, însă, presupune alegere, dintr-o înfinitate de posibilități, iar acesta este un mare dezavantaj. Tânărul din ziua de azi dorește să aibă cât mai multe experiențe, să-și trăiască viața așa cum îi place lui, fără să îi pese prea mult de cei din jur. Spiritul rebel, posibilitatea exprimării neîngrădite au fost dintotdeauna însemnele tinereții. Ele, însă, trebuie să cunoască și limite pentru a nu cădea în patima exceselor.

Oricat de “demodat” ar suna, se poate trăi bine, frumos și “tineresc” cunoscându-ți limitele și impunându-ți o măsură bine definită. Poți să te distrezi, poți să îți trăiești adolescența, tinerețea, experimentând lucruri noi, care însă nu presupun abuzuri sau asumarea de riscuri inutile. A-ți stabili niște obiective realiste, a-ți face prieteni care apreciază aceleași valori ca și tine, a practica activități care îți oferă satisfacții pe moment sau pe termen lung, a nu cădea exceselor de orice fel nu sunt simple clișee. Stabilirea lor ca principii și respectarea lor pot reprezenta “cheia” unei vieți sănătoase și frumoase în același timp. Eu încerc pe cât posibil să nu mă abat de la aceste reguli și pot spune că până la ora actuală mi-a reușit. Mi-ar plăcea ca mai mulți tineri să își propună și să reușească în acest demers!