

INTRODUCȚIV

Boris Cyrulnik

IUBIREA CARE
NE VINDECĂ



INTRĂȘPECTIV

Boris Cyrulnik

IUBIREA CARE NE VINDECĂ



INTRĂȘPECTIV

Boris Cyrulnik

IUBIREA CARE
NE VINDECĂ



INTRODUCȚIV

Boris Cyrulnik

IUBIREA CARE NE VINDECĂ



I. INTRODUCERE

Un ajutor inocent

Anunțul făcut Olgăi

Și totuși iubești

Poveștile din jurul omului aflat în suferință pot avea un rol binefăcător sau dăunător

II. REZILIENȚA CA NEGARE A DESTINULUI

Omleta umilitoare

Chiar și cuvintele spuse în public au un sens privat

Vizualizarea produsului final

Sensul nu are timp să se nască în sufletul individului „instant“

Povestea unei vase pline de semnificație

Povestirea acționează ca farurile de ceață

Forța destinului

Conjugările afective

III .CÂND ÎNTÂLNIREA ESTE O REGĂSIRE

Minunea și râma

Adolescența: curbă periculoasă

Gustul lumii este acela la care te aștepti

Obligația de a iubi diferit

Copilul-mascotă și supraomul

De ce îi părăsim pe cei pe care îi iubim

Ivirea sensului diferă în funcție de sex

Acești copii nu merită nici apa și nici pâinea pe care le primesc în închisoare

O constelație fără stele

Copiii răsfățați

Curioasa libertate a nou-născuților adulți

Copiii fac legea

Când dragostea justifică orice

Amara libertate. Comedie în trei acte

Închisorile inimii

A repeta sau a te elibera

Conduși de imaginea pe care o avem despre noi înșine

Modelați de amintiri, ne modelăm amintirile

Un mecanism de eliberare

IV. METAFIZICA IUBIRII

Afecțiune prietenească și dragoste romantică

Criza amoroasă

Declarație de dragoste preverbală

Prima dragoste este o a doua șansă

Scânteie sentimentală și plumb familial

Alchimia modurilor de a iubi

Unirea verbală

Timpul când trebuie să învățăm să iubim

Când suferi din cauza durerii celor pe care îi iubești

A înțelege nu înseamnă a vindeca

V. INFERNUL DREPT MOȘTENIRE

Memorie și vinovăție

A suferi și a se reclădi: ce comunicăm?

Trup lângă trup și comunicare mentală

Transmiterea modurilor de a iubi

Cum se transmite o traumă

Interpretarea moștenirii transmise

Un vacarm silențios

VI. CÂNTECELE SUMBRE

Trupul fantomelor

Umbra parentală îl face pe copil neîncrezător

Identificarea cu un părinte dispărut

Părinții răniți bat în retragere

Un destin nu înseamnă devenire

A se pune la încercare pentru a fi acceptat

Vorbește despre trecut pentru a evita întoarcerea lui

Mirii disperării

Trauma se transmite în funcție de modul în care se vorbește despre ea

A trece de la rușine la mândrie

Transmiterea nenorocirii este departe de a fi fatală

VII. CONCLUZIE

INTROSPECTIV PSIHLOGIE

Evoluția începe de la cunoașterea de sine.
Prin lectură, pornim într-o călătorie
înspre sine, pentru ca apoi să găsim
starea de împăcare și echilibrul
interior. *Introspectiv* își propune
să ofere cititorului cărți-reper
din domeniile spiritualității, psihologiei
și dezvoltării personale.

Boris Cyrulnik, neuropsihiatru, este director de educație la Universitatea din Toulon, unde predă etologia umană, și ofițer al Legiunii de Onoare. În 2018, Emmanuel Macron l-a desemnat să reformeze sistemul educațional din Franța. Este cunoscut mai ales drept cel care a făcut celebru conceptul de „reziliență“, iar cercetările sale explică în mod clar și pe înțelesul tuturor numeroase fenomene psihosociale. Boris Cyrulnik este membru al comitetului de onoare al Asociației pentru dreptul de a muri cu demnitate și, de asemenea, activist în domeniul protejării naturii și animalelor. Semnează mai multe volume de mare succes, cu 2,5 milioane de exemplare vândute în întreaga lume, printre care *Un merveilleux malheur* (1999), *Les Vilains Petits Canards* (2001), *Parler d’amour au bord du gouffre* (2004), *Sauve-toi, la vie t’appelle* (2012) și *Ivres paradis, bonheurs héroïques* (2016). De același autor, la Editura Litera a mai apărut: *Psihoterapia lui Dumnezeu* (2018).

Boris Cyrulnik

IUBIREA CARE NE VINDECĂ

Traducere din limba franceză de
DIANA CORICIUC

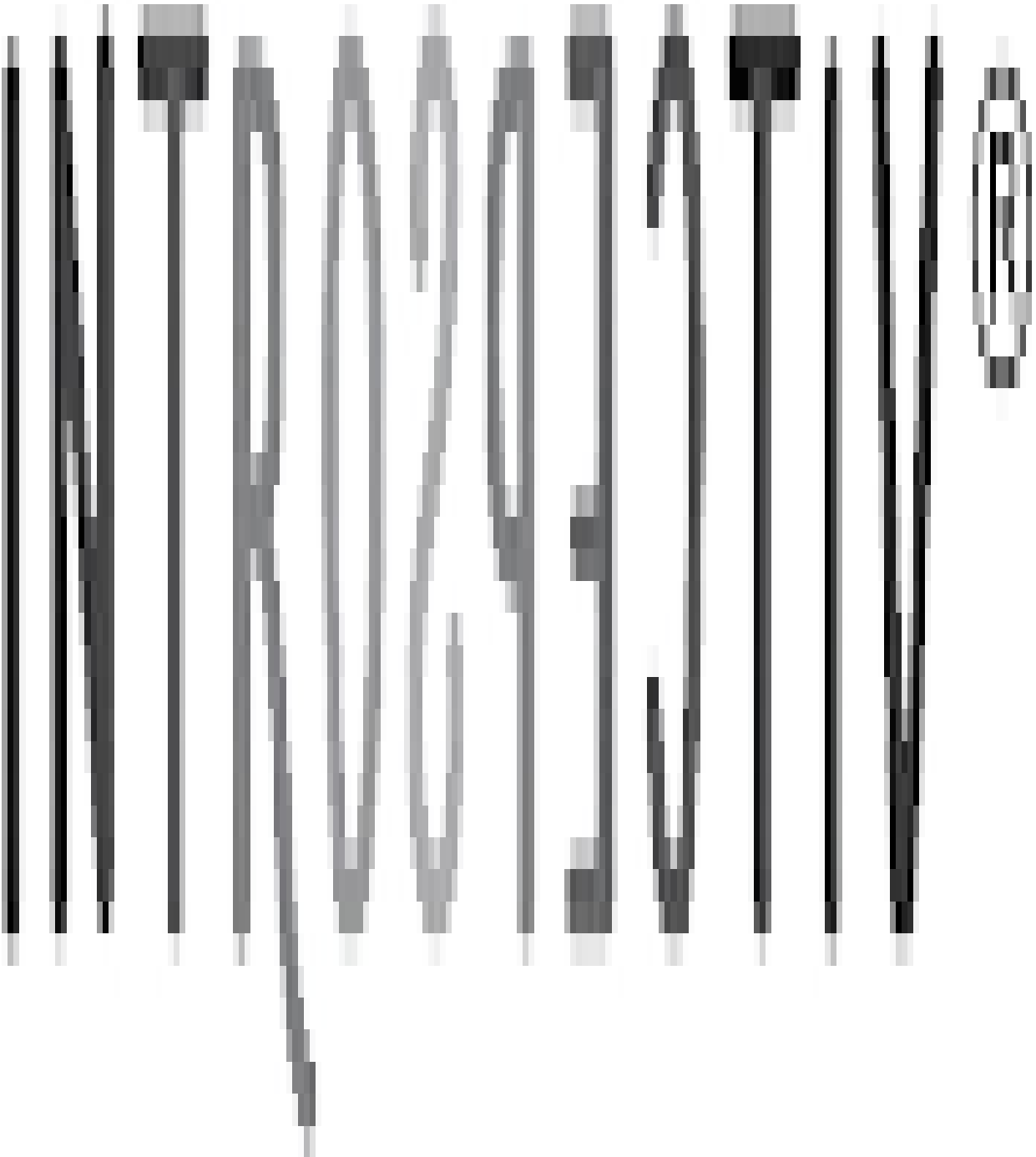


București
2019

Parler d'amour au bord du gouffre

Boris Cyrulnik

Copyright © 2004 Odile Jacob



Introspectiv este parte

a Grupului Editorial Litera

O.P. 53; C.P. 212, sector 4, București, România

tel. 021 319 6390; 031 425 1619; 0752 548 372

email: comenzi@litera.ro

Ne puteți vizita pe

www.litera.ro

Iubirea care ne vindecă

Boris Cyrulnik

Copyright © 2019 Grup Media Litera

pentru versiunea în limba română

Toate drepturile rezervate

Editor: Vidrașcu și fiii

Redactor: Mihaela Moroșanu

Corector: Sabrina Florescu

Copertă: Ana-Maria Gordin Marinescu

Tehnoredactare și prepress: Mihai Suciu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Cyrulnik, Boris

Iubirea care ne vindecă/ Boris Cyrulnik; trad. din lb. franceză de Diana Coriciuc – București: Litera, 2019

Isbn 978-606-33-3974-5

Isbn EPUB 978-606-33-4470-1

I. Coriciuc, Diana (trad.)

159.9

I. INTRODUCERE

Un ajutor inocent

Pentru a părea înțelept este de ajuns să taci. Însă, atunci când ai 16 ani, cea mai mărunță discuție echivalează cu o cuplare verbală, abia aștepți să vorbești.

Nu-mi amintesc prenumele lui. I se spunea „Rouland“, cred că era numele de familie. Nu vorbea niciodată, dar nici nu tăcea doar ca să tacă. Unii rămân tăcuți pentru a se ascunde, lasă capul în jos, evită contactul vizual, pentru a se izola de ceilalți. Atitudinea lui de frumos misterios spunea: „Vă observ, mă interesați, dar tac pentru a nu mă dezvălui“.

Rouland mă captiva pentru că alerga foarte repede, lucru extrem de important pentru echipa de rugby juniori a liceului „Jacques-Decour“. De cele mai multe ori, dominam prin forța fizică, însă eram învinși din cauza lipsei unei extreme rapide. Așa că m-am împrietenit cu el. În conversațiile noastre, eu făceam totul: puneam întrebări, răspundeam la ele, aveam inițiativă și luam deciziile de antrenament. Într-o zi, după o tăcere îndelungă, mi-a spus brusc: „Mama te invită la noi, la o gustare“.

În sus pe strada Victor-Massé, aproape de Pigalle, o fundătură ca la țară, cu dale mari de pavaj, cu vitrine pline cu fructe, cu legume și un măcelar. La etajul al doilea, un cuibușor cochet, aranjat cu gust. Rouland stătea pe o canapea, tăcut, iar eu mă îndopam cu ciocolată, cu prăjituri și cu fructe confiate servite pe farfurioare aurite. Îmi dădeam din răspuseri osteneala să mă prefac că nu înțeleg cum își câștiga mama lui existența – pe strada Victor-Massé sau în cafenelele din Pigalle.

Acum câteva luni – la 50 de ani de la acel episod – am primit un telefon: „Sunt Rouland. Mă aflu în apropierea casei tale, în trecere, ai vrea să ne vedem două minute?“ Era zvelt, elegant, destul de frumos și, în mod evident, vorbea mai mult: „Am făcut o școală de afaceri care nu m-a interesat niciodată în mod deosebit, însă preferam să fiu în compania cărților, a acelor

colegi care nu mă plictiseau și a fetelor care nu-mi inspirau teamă. Voiam să-ți spun că mi-ai schimbat viața“. M-am gândit: „Ca să vezi!“ A continuat, spunându-mi: „Îți mulțumesc pentru că te-ai prefăcut a nu înțelege că mama avea meseria aceea“. Nu a îndrăznit să pronunțe cuvântul cu pricina. „Era prima dată când vedeam pe cineva purtându-se politicos cu ea... Ani la rând, am revăzut acea imagine, tu făcând-o pe naivul, poate un pic prea politicos, însă era prima oară când cineva îi arăta respect mamei mele. În acea zi, mi-a revenit speranța. Am ținut să-ți spun acest lucru“.

În ciuda progreselor sale, Rouland tot anost rămăsese. Nu ne-am mai văzut de atunci, însă această regăsire mi-a ridicat o întrebare. Eu nu voiam decât să îl recrutez ca aripă de grămadă în echipa de rugby. Nu aveam nici un motiv să o desconsider pe acea doamnă drăguță, îmbrăcată ciudat. Dar lumea sa fusese atunci dată peste cap într-un mod cum nu se poate mai fericit. Descoperirea că putea să nu mai simtă rușine. Sub privirea unui terț, chinul provocat de profesia mamei făcea loc ivirii liniștii. Mai rămânea doar munca psihologică, dar începea să creadă în ea, căci tocmai înțelesese că un sentiment poate fi schimbat. Teatrul jucat de mine adusesse în scenă o semnificație importantă pentru el. Politețea mea plictisită îi dăduse un dram de speranță.

Sensul atribuit aceluiași scenariu era diferit pentru fiecare dintre noi. Nu în faptul propriu-zis trebuie să îl căutăm, ci în povestea noastră personală: pentru mine, o mică intrigă, pentru el, tulburare afectivă. 50 de ani mai târziu, aflam cu mirare că îi servisem drept tutore de reziliență lui Rouland.

A crezut în lumină, pentru că se afla în întuneric. Eu, care trăiam în plină zi, nu avusesem nimic de văzut¹. Percepeam o realitate care nu avea cine știe ce înțeles pentru mine: o doamnă îmi oferea prea multă ciocolată, în locuința sa cochetă era prea cald, mă întrebam cum reușea să respire, cu corsetul strâns, pentru a-i ridica sânii. Prizonier al prezentului, eram fascinat, în vreme ce Rouland trăia un moment edificator.

Anunțul făcut Olgăi

Olga suspină: „Ieri, la zece fără un sfert, o singură frază mi-a întunecat sufletul: «Va fi greu pentru dumneavoastră să puteți merge din nou». Înaintea accidentului de mașină, îmi trăiam viața în cenușiul cotidian și în monotonia studiilor, trezită din când în când de plăcerea unei zile de schi sau de o petrecere. La zece fără un sfert, un simplu verdict a provocat ruptura. Așa a fost. La început, n-am suferit, amorțită complet de uimire. Durerea a apărut mai târziu, în același timp cu conștientizarea faptului că nu trăisem din plin. «Ce aiurea, ar fi trebuit să mă bucur mai mult de timpul meu, să simt gustul fiecărei clipe a vieții.»

«Ce ați vrea să vă spun?», m-a întrebat doctorul.

«Adevărul», i-am răspuns. Însă mințeam. Există o infimă șansă – care nu trebuia, în nici un caz, suprimată – ca acesta să fie doar un vis urât. Adevărul pe care îl așteptam corespundea acestei minuscule circumstanțe favorabile².

O poveste fără cuvinte semănase speranță în lumea lui Rouland, în vreme ce o sentință îi distrusese lumea Olgăi. După o asemenea frază, nu mai poți fi ca înainte. Poți să îți revii un pic, dar trăiești altfel, pentru că ai moartea în suflet. Te bucuri de orice, ca și cum ar fi pentru prima oară, dar un alt fel de primă oară. Regăsești plăcerea muzicii, însă este un alt fel de plăcere, mai pătrunzătoare, mai intensă și mai disperată, pentru că ai fost cât pe ce să o pierzi.

Plăcere disperată. Olga avea 18 ani și era studentă la Toulon. Nici un minut de pierdut între studii, ieșirile la schi în Pra Loup și serile dansante din Bandol. Fuga ei prin viață s-a făcut bucăți instantaneu, izbită de un zid, într-o noapte, la un viraj ratat. Când devii paraplegic la 18 ani, ești ca mort la început, apoi viața re apare, numai în parte, cu un gust straniu. Reprezentarea timpului nu mai este aceeași. Înainte, lăsați zilele să curgă, te bucurai de ele, te plectiseai, percepeai un mers al vremii care se îndrepta spre o anihilare

îndepărtată, sigură și totuși virtuală. După accidentul care îi adusese moartea în suflet, Olga revenea la viață cu sentimentul curios al existenței între două morți. O parte a vieții sale se istovise în ea. O altă parte aștepta a doua moarte, care urma să vină mai târziu. Cei care depășesc o traumă au deseori această impresie de amânare, ce dă un gust de deznădejde vieții pe care au pierdut-o și intensifică plăcerea trăirii a ceea ce a mai rămas încă posibil de trăit. Olga nu mai putea să schieze și să danseze, însă era capabilă să studieze, să reflecteze, să vorbească, să zâmbească și să plângă. Astăzi ea este o strălucită geneticiană, lucrează, are prieteni și face încă sport... în fotoliu. „Când întâlnesc pentru prima dată pe cineva care suferă de o rană la măduva spinării, știu că va depăși situația dacă în privirea sa se ivește dragostea de viață. Cei care îți dau senzația că tocmai au fost vătămați în ziua precedentă vor rămâne cu escare, și când spun «escare», mă refer la altceva decât la o problemă a pielii; este o necroză, de parcă ai purta moartea în tine. Cei care, suferind, își acceptă noua ființă trec cu bine mai departe. Fac sport, chiar dacă înainte nu erau firi sportive, își creează relații, muncesc mai mult.”³⁴

Până acum câțiva ani, o persoană rănită la măduva spinării își revenea cu greutate, apoi era plasată într-o clinică unde de-abia trăia, în mare tristețe. Astăzi, perspectiva socială este pe cale să se schimbe: indiferent dacă rana se poate vindeca sau nu, se caută o soluție prin care persoana respectivă să-și folosească competențele, în așa fel încât să găsească un alt mod de a trăi. Contextul afectiv și social este cel care îi propune bolnavului o serie de tutori de reziliență, alături de care urmează să evolueze.

Povestea Olgăi ajută la poziționarea ideii de reziliență. Cu câteva decenii în urmă, acești oameni erau considerați inferiori. Fiind reduși doar la handicapurile fizice de care sufereau, erau împiedicați să-și reia viața psihică în totalitate și, din punct de vedere social, toți mureau. A fost nevoie de o îndelungată luptă tehnică și culturală pentru ca un mare număr dintre ei să reușească – altfel, bineînțeles – să trăiască din nou.

Și totuși iubești

Pentru Rouland, scenariul meu politic fusese o revelație: era deci cu puțință să nu-i desconsideri mama. Iubise o femeie pe care toată lumea o umilea. Când mama îl scosese de la pensionul în care își petrecuse primii ani din viață, fusese fericit să trăiască alături de această doamnă caldă și plină de viață. Se plictisea mult, fiindcă ea se odihnea ziua, iar seara pleca la muncă – un soi de meserie artistică, gândea copilul. Șușotelile colegilor de școală, care pufneau în râs, l-au făcut curând să descopere că această meserie presupunea și altceva. Rouland s-a umplut de tristețe, însă îi rămânea credincios mamei, căreia îi apăra reputația, uneori cu lovituri de pumn.

Era traumatizat, se simțea rupt în bucăți în fiecare zi, aproape invizibil și în tăcere: o grimasă indecentă pe fețele amicilor, șoptele care încetau brusc când se apropia el. Această situație, aproape nevăzută, aproape nerostită, îl copleșea pe băiețelul izolat într-o lume zeflemitoare. Teatrul pe care îl jucasem în preajma mamei sale însemna pentru mine o vagă amintire, în vreme ce, pentru sufletul său, constituia un splendid reper. Făcusem, fără să-mi dau seama, primul nod al rezilienței sale. Începând cu acea zi, își recăpătase speranța, începuse să se vadă, în timpul liber, încet-încet, cu doi-trei colegi și era invitat să se bucure de compania bătaușilor echipei de rugby. Toți acești tineri s-au purtat bine și, cu timpul, Rouland a învățat să vorbească.

Când a cunoscut-o pe soția sa, se afla încă în curs de refacere și i-a prezentat-o mamei, deși nu prea dorea acest lucru. Tânăra s-a comportat politic, poate chiar a exagerat un pic. Rouland voia ca mama și prietena sa să nu se vadă prea des, pentru că o iubea pe fiecare dintre ele într-un mod diferit. După câțiva ani de antrenament afectiv, a fost surprins să constate că nu se mai simțea jenat atunci când cele două se întâlneau.

Nu a îndrăznit să se implice într-o relație decât după ce și-a recuperat speranța – cu câțiva ani mai devreme –, însă ceea ce i-a influențat noul mod

de a iubi a fost natura afectuoasă a soției sale. Nu mai era închis față de această mamă pe care o iubea fără să poată mărturisi acest lucru. Atitudinea mea formală stârnise speranța, însă prima dragoste îi dăduse încredere și îi transformase suferința mută.

Starea de stupeoare o apăruse pe Olga de suferință după accident. Spunea că propriul trup îi părea straniu, că nu realiza ce se întâmplase. Îi era admirat curajul când, de fapt, era vorba de o anestezie. Durerea a venit odată cu fraza „Vă va fi greu să mergeți din nou“, pe care medicul a trebuit să i-o spună. S-a văzut atunci în incapacitatea de a se deplasa, iar această imagine i-a bulversat planurile și chiar trecutul: „Ar fi trebuit să mă bucur mai mult de viață... Cum să procedez de acum înainte?“ Într-o perioadă încă recentă, în care cultura noastră nu trata handicapul în parametrii rezilienței, Olga fusese ruptă în două, cu o jumătate moartă și cealaltă în agonie. Însă, atunci când ești înconjurat de persoane care au suferit leziuni la măduva spinării, partea moartă este supusă imperativelor tehnice și medicale, în vreme ce partea vie nu mai este în agonie. Olga a început să trăiască din nou, dar nu ca înainte. A trebuit să-și îndrepte atenția asupra unor competențe secundare în trecut, înainte de accident. S-a implicat în activități intelectuale și și-a îmbunătățit capacitățile relaționale. Astăzi face parte dintre acei oameni care elogiază slăbiciunea⁴ și care au devenit mai puternici, în ciuda handicapului lor. Lucrează într-un laborator și este însărcinată. Însă bărbatul pe care l-a întâlnit și care i-a devenit soț a trebuit să își adapteze propriul mod de a iubi la această femeie specială. Iar când micuțul se va naște, acesta se va atașa de părinții săi altfel decât o fac ceilalți copii, pentru că moștenirea lui este specială.

Descoperirea capacităților ascunse, analizarea opiniei publice și împletirea stilurilor de a iubi constituie temele acestei cărți. La începutul unei relații ne prezentăm cum am dori să fim, dar ne implicăm cum suntem de fapt, cu propriul stil afectiv și cu propriul trecut. Fiecare cuplu semnează o înțelegere specială care îi conferă un tip de personalitate, ceea ce este ciudat, având în vedere că este vorba de uniunea a doi indivizi diferiți. În acest mediu afectiv creat astfel se vor naște și se vor dezvolta copii.

Vom vorbi despre dragoste, pentru că este greu să faci parte dintr-un cuplu fără ca cei doi parteneri să nu se influențeze reciproc și fără ca acest lucru să

nu lase o amprentă asupra copiilor. Vom vorbi și despre prăpastie, pentru că acești oameni care se iubesc se află pe marginea unui abis și se zbat să se îndepărteze de acest loc.

Cicatricea trupului servește drept metaforă pentru cicatricea sufletului celor traumatizați psihic: „Auschwitz, ca o cicatrice aflată la originea mea...” Psihicul a suferit sub efectul traumei. Lumea intimă sfărâmată, în stupoare, nu a mai dat formă lucrurilor percepute de către deportați. Răvășiți de informații absurde, nu au mai fost capabili să gândească, să se poziționeze, să relaționeze cu ceilalți și cu propriul trecut. Dar trecerea de la o stare la alta a acestor mutilați ai existenței a fost supusă unei confluente de presiuni, care a cuprins gravitatea rănii, durata sa, identitatea pe care acele persoane și-o construiseră înaintea rupturii și sensul atribuit prăbușirii lor. Schimbările psihice succesive ale deportaților au fost influențate de povestea lor intimă, de discursurile ținute de familiile lor și de societățile în care trăiau cu privire la condiția în care ei se aflau: „E groaznic, ești distrus, nu cred că mai poți ieși din situația asta...” Sau „Ai căutat-o cu lumânarea, cum ai reușit să intri în așa belea?” Întotdeauna victimele sunt un pic vinovate, nu-i așa?

Reîntoarcerea la viață se face în secret, cu plăcerea bizară care vine din sentimentul amânării. Trauma i-a făcut țândări personalitatea anterioară și, dacă nimeni nu strânge cioburile pentru a le avea adunate, subiectul în cauză va rămâne fără viață sau va reveni la ea cu mare greutate. Dar, când suferindul este susținut zilnic de afecțiunea apropiaților săi, iar discursul cultural dă un sens rănii sale, acesta începe un alt tip de dezvoltare. „Orice persoană traumatizată este silită să se schimbe”⁵, în caz contrar nemaiputând trăi.

Freud a evocat posibilitatea a ceea ce numim astăzi reziliență: „Luând în considerare extraordinara activitate sintetică a Eului, cred că nu mai putem vorbi despre traumă fără să tratăm, în același timp, subiectul vindecării...”⁶

Va trebui negreșit să ne punem întrebarea de ce unele persoane sunt iritate de această posibilitate de revenire la viață. Începând cu anul 1946, René Spitz a studiat deteriorarea provocată de carența afectivă, depresia care poate merge până la depresie anaclitică, această pierdere a sprijinului afectiv care îl determină pe copil să abandoneze viața, să se lase să moară pentru că nu are pentru cine trăi. În 1958, acest psihanalist a studiat posibilele etape de

dezvoltare: „În vindecarea depresiei anaclitice[...] se observă fenomenul unei «re-fuziuni» parțiale a impulsurilor; activitatea acestor copii este reluată rapid, devin veseli, bine dispuși, agresivi”⁷. În prefață, Anna Freud a scris: „Lucrarea doctorului Spitz va justifica speranțele celor care doresc să se consacre unui studiu aprofundat despre această problemă”⁸. A fost aspru criticată pentru această afirmație⁹. John Bowlby, președinte al Societății Britanice de Psihanaliză, care se ocupa și de carențele atenției materne, s-a inspirat din etologia animală pentru a impulsiona cercetările despre atașament¹⁰, în cadrul cărora apăra ideea că realitatea modelează lumea intimă a copiilor. Munca sa pe această temă a fost contrazisă de către cei care spuneau că trauma nu există în realitate, ci copilul este traumatizat „de apariția bruscă a unei reprezentări care nu poate fi acceptată”¹¹, ceea ce este la fel de adevărat. De aceea, la sfârșitul vieții sale, John Bowlby a reconciliat pe toată lumea, scriind: „[...] calea urmată de fiecare individ de-a lungul dezvoltării sale și gradul de reziliență față de întâmplările stresante ale existenței sunt puternic determinate de tiparul de atașament pe care și-l construiește în primii ani de viață”¹².

Poveștile din jurul omului aflat în suferință pot avea un rol binefăcător sau dăunător

Freud credea că germenii suferinței ce se manifestă la vârsta adultă au fost semănați în copilărie. Astăzi, putem adăuga că modul în care anturajul familial și cultural vorbește despre suferință o poate atenua sau agrava, în funcție de povestea cu care îl înconjoară pe cel care se află în necaz.

Copiii-soldați din America Latină, din Africa sau din Orientul Apropiat sunt aproape toți traumatizați. Cei care reușesc să își reînceapă viața sunt obligați să-și părăsească satul natal și uneori chiar țara, pentru a „începe de la zero“ și pentru a scăpa de eticheta pe care cei din jur o pun poveștii lor de viață. Multora dintre ei le este frică de vremurile de pace, pentru că nu au învățat să trăiască decât în război. Însă unii vor să scape de această soartă și cer să meargă la școală, departe de locurile în care au fost soldați. Ei se pot schimba, condiția fiind ca organizarea socială să le permită această evoluție. Atunci când sunt întrebați ce ar fi vrut să devină, dacă nu ar fi cunoscut scindările războiului, răspund: „Aș fi fost ca tata“, ceea ce este perfect normal, pentru că, în vreme de pace, adultul – figură de atașament – servește drept model identificator. Fiindcă erau actorii unui conflict armat, aceia dintre copii care au învățat să se bucure de violență au devenit mercenari. În orice război modern, 10%–15% dintre combatanți descoperă plăcerea pe care le-o poate aduce oroarea. Femeile, care se implică din ce în ce mai mult în acțiunile militare din Columbia, Orientul Mijlociu sau Sri Lanka, simt și ele această plăcere îngrozitoare. Cifra celor traumatizați variază în funcție de condițiile războiului, deși se evaluează o medie de 30% în primul an al conflictului. Majoritatea celor care nu sunt nici stimulați, nici distruși de luptă ajung să fie deprimați și disperăți.

Mulți copii-soldați visează să se facă medici, „pentru a salva vieți“, sau scriitori, „pentru a mărturisi“. Însă contextul social nu prea ajută la parcurgerea acestui lung traseu. Cei care vor reuși să își întemeieze o familie, să devină doctori sau jurnaliști nu vor uita niciodată trauma. Din contră chiar,

vor face din ea punctul central al vocației lor. Nu vor cunoaște fericirea senină pe care le-ar fi conferit-o o familie adevărată într-o cultură aflată în pace, ci vor avea o rană în adâncul ființei lor, vor reuși însă să trăiască alături de ceilalți, smulgând câteva clipe de bucurie și dând sens zbuciumului lor, pentru a-l face suportabil.

Cel mai sigur mijloc de a tortura un om este să-l aduci la disperare spunându-i: „Aici nu este permisă întrebarea «de ce?»”¹³. Această frază îl face să cadă în lumea lucrurilor neînsuflețite, îl supune acestora și face din el un obiect. Efortul de a găsi un sens este indispensabil pentru a-i întinde o mână de ajutor celui care suferă psihic și pentru a-l sprijini să-și regăsească un loc în lumea ființelor umane. În această lume există de ce-uri: „Capacitatea de a traduce în cuvinte, în reprezentări verbale care se pot împărtăși a imaginilor și emoțiilor simțite, pentru a le conferi un sens ce poate fi comunicat”¹⁴ le redă umanitatea. Dragostea pentru răspunsuri este un factor prețios de reziliență, care permite refacerea primelor ochiuri din împletitura destrămată.

Germaine Tillion, etnolog, specializată pe țările magrebiene, a fost deportată la Ravensbrück în 1943, pentru că făcea parte din Rezistența franceză. Abia ajunsă în lagărul de concentrare, și-a folosit capacitatea de observație pe care și-o ascuțise în contactul cu berberii din regiunea Aurès. Încerca să înțeleagă cum funcționează lagărul, iar seara, în baracă, făcea expozeuri în care explica modul cum gărzile voiau să îi exploateze până la moarte.

Geneviève de Gaulle-Anthonioz a spus privitor la aceasta: „Ascultându-te, nu mai eram Stück (bucăți), ci persoane, puteam lupta, pentru că puteam înțelege”¹⁵.

La care Germaine Tillion a răspuns: „[...] capacitatea de a descifra fenomenele care ne înconjoară ne protejează din punct de vedere moral, domolindu-ne fricile [...] de la întoarcere m-am consacrat cercetărilor axate pe subiectul deportării...”¹⁶

Pentru a nu te lăsa omorât, trebuie să cauți în semnificațiile ascunse structurile invizibile care permit funcționarea acestui sistem absurd și crud. A fi fascinat de torționari trezește câteodată o identificare cu agresorul, însă în cea mai mare parte a timpului, atenția pe care victimele le-o acordă acestora păstrează amintiri cae, mai târziu, vor face posibilă transformarea și care

oferă un spațiu de libertate intimă: „Nu-mi pot lua acest lucru, nu mă pot împiedica să îl înțeleg și să mă folosesc de el cu prima ocazie“. Construirea sensului îngăduie dezvoltarea unui sentiment de apartenență și de protejare a identităților în interiorul unui grup care utilizează aceleași cuvinte, aceleași imagini și respectă riturile care dau formă solidarității. Imediat ce au fost eliberate, cele două femei s-au angajat în lupta contra torturii în Algeria și împotriva foametei în lume.

„Astăzi știm că aceia care au suferit traume [...] găsesc beneficii într-o muncă de legătură între aceste experiențe [...], o găsire ulterioară a sensului“¹⁷, însă modul în care aceștia judecă evenimentele se referă la escara ce rămâne înfiptă în povestea lor de viață.

Nu există activitate mai profundă decât munca ce oferă sens. Ceea ce a fost marcat de o traumă reală ne alimentează totdeauna amintiri care ne formează identitatea intimă. Acest sens rămâne în noi și ne dirijează viața.

II. REZILIENȚA CA NEGARE A DESTINULUI

„E ciudat cum lucrurile capătă sens când se termină... și abia atunci începe povestea.“¹⁸

Vorbim, vorbim, iar cuvintele se succedă, însă numai în clipa în care sunetul vocii pregătește un moment final înțelegem, în sfârșit, spre ce ne purtau vorbele. Trăim, trăim, iar faptele se adună, dar numai atunci când timpul ne dă voie să ne concentrăm asupra propriei ființe putem să ne dăm seama, totuși, spre ce tindea existența noastră. „Descoperirea sensului nu este posibilă decât datorită înșiruirii cuvintelor care dispar unul după altul.“¹⁹ Când copilăria se termină, o transformăm într-o poveste, iar când viața este pe cale să se sfârșească, descoperim de ce a trebuit să o trăim.

Timpul este cel care oferă sens. Ar fi trebuit să spun: reprezentarea timpului, modul în care îmi amintesc trecutul, pentru a-mi rânduî amintirile și pentru a mă delecta cu visurile mele, oferă un sens lucrurilor pe care le percep. Istoria pe care o construiesc din experiența mea și tabloul pe care îl compun din fericirea sperată trezesc în mine o lume ce nu este prezentă acolo, dar pe care o simt intens.

Omleta umilitoare

O omletă umilitoare și o ceașcă cu ceai m-au ajutat să înțeleg că sensul existenței noastre izvorăște din evenimente neașteptate.

Thérèse credea că ducea o viață un pic prea liniștită, nu îndrăznea să recunoască că era, deseori, chiar anostă. Principalul eveniment al zilei consta în drumurile la supermarket, în fiecare dimineață, pe la ora 11. În ziua cu pricina, cum se întâmplă destul de des, căruciorul ei de cumpărături s-a izbit de cel al unui tânăr care, imediat, a transformat incidentul într-un comentariu drăguț, care a făcut-o să zâmbească. Apoi a ajutat-o să pună sacoșele în mașină. Puțin mai târziu, i-a făcut un semn cu mâna, la ieșirea din parcare. După aceea, când a ajuns în fața casei, el și-a parcat mașina pe aceeași stradă. Ceva mai târziu, trezindu-se în pat cu un bărbat fermecător pe care îl cunoscuse doar cu două ore în urmă, Thérèse era înmărmurită.²⁰

După aventură, Thérèse nu și-a putut reveni din cele întâmplate. I-a spus: „E ora prânzului, dacă vrei, pot să fac o omletă“. El i-a răspuns că este o idee bună și că, între timp, se duce să verifice mașina, de la care auzise un zgomot ciudat. Auzind zgomotul motorului, a avut un sentiment bizar, a mers la fereastră și a văzut vehiculul pornind în viteză și dispărând la capătul străzii. A simțit această plecare ca pe o lovitură de pumn și a izbucnit în lacrimi, umilită.

Să presupunem că amantul fugitiv ar fi mâncat omleta împreună cu Thérèse. Întâlnirea sexuală ar fi avut o cu totul altă semnificație: „Un lucru simpatic și necugetat, de necrezut, nu știu ce m-a apucat, să nu ne mai gândim la asta sau, ba da, să ne gândim ca la o întâmplare frumoasă într-o zi mohorâtă“.

Fuga a fost cea care a dat sens acestei întâlniri întâmplătoare. Thérèse era furioasă la culme în timp ce ținea farfuria în mână. Nu a mâncat omleta care însemna „umilire“, dar care ar fi putut avea și sensul de „frumoasă nebunie“, dacă bărbatul ar fi împărțit-o cu ea. Desfășurarea evenimentelor transformase

omleta într-un semn.

Șocată, Thérèse revedea unele scene și își amintea câteva fraze. Simțea, bombănind de supărare, plăcerea curioasă oferită de satisfacerea unei nevoi. Rectifica unele momente, gândind: „Ar fi trebuit să-i spun... să-mi dau seama... să-l trimit la plimbare“. În timp ce își reconstruia trecutul, integra aventura în povestea sa de viață și căuta să descopere câteva analogii, repetiții sau constanțe care ar fi ajutat-o să înțeleagă după ce criteriile își ducea traiul: „Tot timpul cad în capcana bărbaților... așa a fost și la primul meu flirt“. Descoperind un tipar în existența sa, și-a construit o regulă care să o protejeze pe viitor: „Situția aceasta trebuie să se schimbe, trebuie să nu mă mai încred în mine, din moment ce nu mă pot pune în gardă în privința bărbaților“. Căutând în trecut câteva situații la fel de dureroase, Thérèse derula din nou în minte un scenariu impregnat în memorie și îl transforma parțial. Suferind, ea nu medita pe îndelete asupra acestui subiect, din contră, făcea tot posibilul să pună la punct o altă direcție pentru viitor. Acest trist efort de rememorare îi dădea siguranță, ajutând-o să descopere o normă de conduită care să-i permită să fie mai stăpână pe viața ei în viitor. Această omletă plină de înțeles, integrată într-o poveste despre sine, i-a fost de folos în descoperirea unui tipar al existenței sale.

Tendința de a face o poveste din ceea ce ni se întâmplă constituie un factor de reziliență, cu condiția de a da sens celor petrecute și de a face o schimbare în planul afectiv.

Bineînțeles că Thérèse nu avea o reacție la ouăle din omletă, ci la sensul pe care desfășurarea evenimentelor îl atribuiseră acesteia. Nu se simțea umilită de omletă, ci era rănită în amorul propriu de semnificația pe care întâlnirea respectivă și povestea sa de viață o conferise omletei.

O ființă umană nu ar putea să trăiască într-o lume fără memorie și fără visuri. Prizonier al prezentului, omul nu ar putea da sens vieții sale. Misterul ceștii de ceai ar putea ilustra perfect această idee. Munciți liniștiți în grădină, după care mergeți în sufragerie pentru a vă răcori. Sunteți surprinși să vă vedeți copiii îngroziți în fața televizorului, pe ecranul căruia un bărbat se pregătește să bea o ceașcă de ceai. Vă întrebați de ce sunt atât de înspăimântați și nu puteți înțelege, pentru că, fiind afară, nu ați putut vedea momentul în care soția personajului a pus cianură în ceai.²¹ Copiii au reținut această scenă, ceea

ce le permite să prevadă că acel domn va muri. Simt delicioasa groază a unui film polițist – în timp ce dumneavoastră nu vedeți aici decât o banalitate lipsită de sens –, sunt pe cale să trăiască un eveniment terifiant, în timp ce din punctul dumneavoastră de vedere nu se petrece absolut nimic. Memoria lor conferă sens ceștii de ceai. Știu că acest obiect reprezintă mai mult decât o simplă ceașcă, pentru că poartă moartea în ea. Prezentul pe care îl percep este impregnat de trecut, ceea ce provoacă o teamă încântătoare cu privire la ceea ce se va întâmpla în viitor.

Chiar și cuvintele spuse în public au un sens privat

Această aptitudine de a atribui lucrurilor propriul sens se poate observa cu ușurință în narațiune. Pentru a scrie o poveste despre noi care să ne exprime identitatea trebuie să stăpânim timpul, să ne amintim o serie de imagini trecute care ne-au impresionat și din care să construim povestirea. Or, toate cuvintele pe care le folosim în viața cotidiană au fost, la rândul lor, pătrunse de sensul căpătat de-a lungul vieții noastre până în prezent.

După o copilărie halucinantă în Polonia anilor 1940, Maria Nowak a dezvoltat memoria specifică celor traumatizați: un amestec de amintiri precise, înconjurată de contururi estompate. Micuța a asistat la incendiul care i-a distrus casa, a îndurat bombardamentele, a suferit de pe urma dispariției tatălui, a arestării surorii, a fricii neconținute de a fi, la rândul ei, aruncată într-o închisoare, a fost martoră atunci când calul unui prieten plecat pe front s-a întors la grajduri purtând pe spate trupul acestuia străpuns de un glonț, s-a emoționat în fața frumuseții cadavrelor acoperite cu o delicată pânză de zăpadă, până când, înfometată și abandonată, a fost încredințată orfelinatelor și familiilor adoptive. Aici, grija materială nu mai exista, dar nu a întâlnit pe nimeni care să-i ofere afecțiune. La „eliberarea“ realizată de ruși, s-a reîntâlnit cu mama sa, care a întrebat-o ce s-a întâmplat în cei doi ani cât fuseseră separate. Fetița i-a răspuns: „Nimic special. Și așa era. Traversasem un deșert de timp, de viață și de tandrețe, din care ieșisem epuizată, asta era tot“^{5.22} În acele orfelinate, Maria fusese îngrijită mai bine decât dacă ar fi rămas de una singură pe străzi. Însă, în realitatea sa, pustiul afectiv nu îi provocase nici o schimbare emoțională care să o sensibilizeze și care să constituie o imagine, un reper temporal, o piesă utilă în construirea propriei povești: „... deșert de timp... și de tandrețe...“ Nici o imagine de păstrat în memorie.

Faptul că astfel de circumstanțe privează memoria de imagini și de cuvinte nu înseamnă că nu există memorie deloc. Există, însă una fără amintiri, o sensibilitate preferențială față de un anumit tip de evenimente cărora, în

viitor, fetița le va atribui un sens singular. Mai târziu, când a ajuns studentă la Paris, un bărbat chipeș o invită la masă. Înainte de a intra în restaurant, o întreabă: „Ți-e foame?“, iar ea îi răspunde: „Nu, nu, sunt bine acum, mănânc în fiecare zi“⁶.²³Cuvintele care, prin convenția limbii, ar trebui să fie identice pentru toți cei care vorbesc aceeași limbă capătă un sens specific în urma experiențelor particulare ale fiecăruia.

Pentru a ne putea reprezenta timpul trecut și pe cel viitor, e nevoie ca relațiile afective să pună în lumină anumite obiecte, gesturi și cuvinte care vor plăsmui un eveniment. Astfel se instalează în noi un mecanism ce dă sens lumii percepute.

Din acest motiv, este nevoie să așteptăm finalul frazei și să sperăm până la sfârșitul vieții ca sensul să apară. Atât timp cât punctul final al frazei sau al existenței nu este încă pus, sensul se află într-o constantă și posibilă schimbare.

Vizualizarea produsului final

Sensul apare în același timp cu viața, însă se construiește diferit, în funcție de specie, de dezvoltare, de istorie și de individ.

Pentru un animal, realitatea este comprehensibilă, iar acesta îi răspunde prin comportamente adaptate. Percepe obiecte-animale, pe care sistemul său nervos le va extrage din mediul înconjurător. Procesele de memorie biologică apar devreme în lumea vie, chiar și la organismele foarte simple. Din momentul în care se încrucișează în jur de câteva zeci de mii de neuroni care, ca la păianjen, constituie un mic ganglion nervos, ființa vie devine capabilă de a memora. Prin urmare, poate să învețe să rezolve diverse probleme cauzate de mediile ecologice în schimbare și să cunoască evoluții diferite. Începând din clipa în care sistemul său nervos poate face să revină o informație percepută în trecut și să îi răspundă, se poate vorbi despre reprezentări senzoriale. Această memorie atribuie obiectului perceptibil o emoție care provoacă atracția sau fuga, în funcție de ansamblul proceselor de memorare a informațiilor din trecut^{7.24}

Și în cazul sugarilor realitatea poate fi înțeleasă cu ușurință. Pe parcursul ultimelor săptămâni de sarcină, fetusul răspunde la informații senzoriale elementare cu care se familiarizează (zgomotele, șocurile mecanice, gustul lichidului amniotic, emoțiile materne). Ceea ce explică faptul că, încă de la naștere, lumea lui este structurată pe obiecte proeminente, pe care le observă mai bine decât alții.

Dar orice ființă vie posedă un mic grad de libertate biologică, din moment ce poate fugi sau se poate supune, poate să agreseze sau să îmbuneze. Numai atunci când apar reprezentările imaginilor sau cuvintelor subiectul este capabil să modifice sensul impregnat în memorie. Evoluția i-a conferit o capacitate de reziliență naturală.

Nașterea cuvântului provoacă deconstruirea lucrurilor. Acestea din urmă,

victorioase la început, se impun în memoria noastră, dar, din momentul în care devenim capabili să fabricăm simboluri, să plasăm acolo un obiect care reprezintă altceva, lumea noastră intimă poate pune gânduri în locul lucrurilor.

Pentru a ilustra până la ce punct putem locui în această lume, i-am atribuit lui Charles Péguy următoarea întâmplare^{8,25}. Mergând spre Chartres, Péguy vede pe marginea drumului un bărbat care sparge pietre cu lovituri puternice de ciocan. Figura sa exprimă nefericire, iar gesturile – furie. Péguy se oprește și îl întreabă: „Domnule, ce faceți aici?” „Nu vedeți, îi răspunde omul, n-am găsit altă meserie mai tâmpită și mai grea?!” Puțin mai departe, scriitorul zărește un alt bărbat, care, la rândul său, sparge pietre, însă figura lui e calmă, și gesturile, armonioase. „Ce faceți, domnule?”, i se adresează Péguy. „Ei, bine, îmi câștig existența din această muncă oboșitoare, dar care măcar are avantajul de a fi în aer liber“, i se răspunde. Mai încolo, pe drum, un al treilea spărgător de piatră radiază de fericire. Zâmbește în timp ce lovește în masa compactă și privește cu plăcere cum sar bucăți din ea. „Ce faceți dumneavoastră aici?“, întreabă Péguy. „Eu, răspunde omul, construiesc o catedrală!“

Piatra lipsită de sens îl face pe nefericit să fie sub jugul realității, al prezentului care nu oferă altceva de înțeles în afara izbiturilor de ciocan și a suferinței pe care o provoacă loviturile. În vreme ce acela care se gândește la produsul final transformă piatra și trăiește un sentiment înalt de frumusețe, determinat de imaginea bisericii de care deja se simte mândru. Însă în cazul spărgătorilor de piatră se ascunde un mister: de ce unii dintre ei au în minte o catedrală, iar ceilalți nu văd decât pietre?

Fără memorie și fără speranță, am trăi într-o lume lipsită de scop. Iar atunci, pentru a suporta închisoarea prezentului, am umple-o cu plăceri imediate. Această adaptare comportamentală ne-ar oferi desfătări fără prea mult efort, însă distracțiile de moment duc la acrimonie, pentru că este imposibil să te simți bine mereu. Orice divertisment care se prelungește provoacă indiferență, apoi dezgust și chiar suferință. A aștepta de la viață doar plăceri trecătoare înseamnă a ajunge la amărăciune și la agresivitate de la cea mai mică frustrare^{9,26}. O viață dedicată plăcerii ne aruncă în brațele disperării, la fel de sigur ca o viață lipsită de plăcere.

Sensul nu are timp să se nască în sufletul individului „instant“

„Sensul lucrurilor nu se găsește în realitatea obiectivă, ci în istorisire și în scopul urmărit.“²⁷¹⁰ Or, succesele noastre tehnologice au dus la apariția „individului-instant²⁸“¹¹. Omul în mare viteză – căruia îi place urgența, pentru că îl obligă să acționeze și să nu gândească – devine un ocaș al prezentului, al cărui raport cu timpul îi determină stilul de viață: „Disponem de mijloace pentru a ne distra fără opreliști. Prieteni epicurieni, să ne adunăm, pentru a lupta împotriva celor care ne strică cheful și vor să ne pună piedici“. O astfel de solidaritate aduce mare desfătare virtuții indignate: „Nu facem nimic rău. Vrem, pur și simplu, să ne bucurăm de viață“. Însă, cum acest reflex nu-i permite timpului să ofere sens, astfel de prietenii bazate doar pe plăcere se rup de timpuriu și nu transmit nimic nici prietenilor lor, nici propriilor copii. În vreme ce acei 400 de ani necesari construirii unei catedrale ne inspiră fericire chiar și atunci când aceasta nu este acolo. Sensul conferă o bucurie de durată și transmisibilă, în timp ce plăcerea solitară trece la fel de iute ca fulgerul. Atunci când plăcerea se unește cu sensul, viața merită efortul pietrelor sparte.

Sensul ia naștere în noi pornind de la ceea ce a fost înaintea noastră și ce va fi după noi, din istorie și din reverie, din origine și din descendență. Însă, dacă circumstanțele sau cultura nu țin în jurul nostru câteva legături afective pentru a ne emoționa și a ne forma amintiri, atunci această privire de sentimente și pierderea sensului vor face din noi „indivizi instant“. Vom ști să ne bucurăm cu rapiditate de plăcerile vieții, dar, în cazul tristeții, vom fi lipsiți de principalii factori de reziliență.

Ceea ce ne face să spunem din nou că unele familii, unele grupuri umane și unele culturi facilitează reziliența, în vreme ce altele îi pun în cale obstacole. Cercetările recente ale OMS²⁹¹² confirmă această idee, stabilind o relație între ameliorarea obiectivă a condițiilor de trai și destrămarea familiilor și a prietenilor: „Cu cât o societate atinge un nivel mai înalt de organizare, cu atât indivizii activează mai puțin solidar“³⁰¹³. Cu cât condițiile de viață se

îmbunătățesc, cu atât mai puțin indivizii au nevoie unii de alții. Ba chiar mai mult, când se ocupă de alții, omul este încetinit în drumul său către propria perfecționare, în timp ce, într-o societate în care nu poți trăi singur, a avea grijă de alții înseamnă să te protejezi pe tine.

Nu e vorba de a renunța la progresul care, în 50 de ani, a metamorfozat condiția umană, ci trebuie doar să ne dăm seama că nu există progres fără efecte secundare. Îmbunătățirea performanțelor individuale aduce cu sine slăbirea legăturilor și mărește vulnerabilitatea în fața traumelor. Totul e bine, atât timp cât nu ești depășit complet de evenimente, însă, dacă intervin nefericirea, lipsa de afecțiune și de sens, viața devine prea dură, iar rupturile dureroase sunt greu de vindecat.

De la sfârșitul celui de-al Doilea Război Mondial încoace, încă de la începutul exploziei tehnologice, acest fenomen a fost pus în lumină prin realizarea de sondaje privind proiectele de viitor ale tinerilor: 40% dintre tinerii austrieci, care locuiau într-o țară înfrântă, nu aveau nici un scop, în timp ce 80% dintre tinerii americani, care locuiau într-o țară victorioasă, estimau că viața nu avea sens.³¹ Atunci s-a vorbit despre vidul existențial pe care acești oameni îl umpleau prin plăceri imediate sau prin descoperirea unui surogat al sensului, intrând în secte sau în comunități extremiste.

Împărtășirea unui proiect este necesară obținerii unui sens. Însă, pentru a determina o reprezentare care va da un sentiment de fericire, este necesar ca acest proiect să fie durabil și diversificat. Atunci când o cultură nu posedă această variantă, ci doar pe aceea a unei bunăstări imediate, nu este timp suficient pentru ca sensul să se nască în sufletul oamenilor care trăiesc în acea societate. Invers, atunci când o cultură propune pentru viitor o societate perfectă, care va exista într-un alt timp și într-un alt loc, mereu în altă parte, sacrifică plăcerea de a trăi în prezent pentru un extaz viitor. Utopia ucide realitatea, pentru că valorizează fericirea unei zile vesele de mâine, dar mereu mâine, niciodată astăzi.

Povestea unei vase pline de semnificație

Pentru că toți suntem capabili de reprezentări, nu putem să nu dăm sens întâmplărilor care ne marchează povestea și care participă la identitatea noastră. Putem da sens unei probe: „Privind retrospectiv, sunt mândru că nu m-am lăsat doborât“. Putem, de asemenea, să transformăm un eșec: „Mama mea era femeie de serviciu și îmi spunea mereu: «Vei deveni chirurg, chiar dacă nu vrei, ca să mă faci mândră...» Treceam examenele cu o mare neliniște, iar atunci când am picat unul, am observat că nu a murit din asta. Angoasele mele au dispărut, și atunci mi-am dat voie să fac ceea ce îmi plăcea“. Putem chiar modifica sensul unui obiect a cărei întrebuintare „povestește“ ceva despre istoria noastră intimă.

Nu putem spune că Sabinei îi plăcea în familia care o primise în plasament. Nu mergea nicăieri, era ca o străină care locuia într-un hotel mediocru, cu oameni a căror limbă o înțelegea prea puțin. Aștepta zile mai bune și, ca să-și plătească viitoarea independență, era deosebit de cuminte. La un moment dat, de ziua de naștere a asistentei maternale la care locuia, i-a luat cadou acesteia o vază masivă și scumpă, în care pusese doar câteva fire de liliac roz, culese de pe un șantier din vecinătate. Femeia, vexată de modestia florilor, i-a spus indignată: „După tot ce am făcut pentru tine!“ A aruncat florile și a păstrat vaza. Sabina s-a gândit: „Chiar și limbajul florilor provoacă o neînțelegere între noi“.

Câțiva ani mai târziu, devenită polițistă, era pe cale să îi explice unei stagiare că arma crimei poate fi chiar un obiect banal, când a fost chemată la spital, unde se afla „cineva din familie“. Stagiara a condus-o cu mașina. Într-adevăr, soțul fostei sale asistente maternale tocmai fusese operat de un hematom subdural, o masă sangvină în interiorul meningelor, între craniu și creier, care survine uneori în urma unui traumatism cranian. Chiar când ieșea din sala de terapie intensivă, „mama“ sa s-a apropiat de ea, i-a întins o pungă și i-a spus: „Din cauza ta, soțul meu era să moară“. Sabina a deschis geanta și înăuntru văzu... vaza! Femeia a continuat: „Ne certăm mereu... I-am aruncat vaza de

la tine în cap“. Stagiara a lăsat capul în jos, jenată. Sabina a luat vaza, a spart-o și a aruncat-o într-un canal de scurgere. Stagiara a surâs.

Obiectele capătă sens cu ajutorul memoriei noastre, care leagă faptele între ele și le dă coerență. Într-o lume fără sens, nu am putea percepe decât frânturi de realitate, nu am putea răspunde decât stimulilor din prezent: asta merge, asta nu merge, asta mă atrage, asta nu, asta îmi place, asta nu-mi place. Fragmentată, fără suflet, fără un fir care să lege laolaltă frânturile de realitate, lumea ar fi percepută într-o formă fragmentată. Însă, de vreme ce aparținem unei specii capabile să judece valoarea unei informații din afara contextului trecut sau viitor și la care răspundem totuși prin emoții, acțiuni și cuvinte, ne eliberăm de tirania lucrurilor, pentru a ne supune reprezentărilor pe care ni le imaginăm.

În copilărie, Sabina cumpăraseră acea vază scumpă din toate economiile pe care le avea, pentru a transmite că era recunoscătoare și că își dădea toată silința să nu fie o povară pentru cei care o luaseră în plasament. Ca de obicei, mama adoptivă interpretase greșit sensul lucrurilor. După ce se simțise ofuscată de florile primite, s-a gândit că Sabine îi dăruise vaza probabil cu gândul că va ajunge să fie arma crimei. Spărgând vaza și aruncând-o într-un canal, Sabina s-a simțit tristă și ușurată. Însă sensul obiectului s-a revelat numai atunci când mersul întâmplărilor a ajuns la un punct, la acel punct: „Din cauza vazei de la tine (din cauza ta) era să îmi omor soțul“.

Acest exemplu ne permite să înțelegem că, atunci când există o traumă, subiectul este atât de bulversat și de copleșit de informații, încât nu poate răspunde unei lumi confuze. O violență lipsită de sens îl face să ajungă în vecinătatea morții – o consecință imensă pentru o cauză minusculă –, lumea își pierde claritatea, cum să se comporte în acest caz?

Povestirea acționează ca farurile de ceață

Atât timp cât trauma este lipsită de sens, rămânem siderați, năuciți, fără rațiune, în confuzia unui vârtej de informații care se bat cap în cap și care nu ne ajută să luăm vreo decizie. Însă, fiindcă suntem obligați să dăm un sens faptelor și obiectelor care ne „vorbesc“, avem un mijloc care să împrăștie negura provocată de o traumă: povestirea.

În acest caz, narațiunea devine o muncă spre determinarea sensului. Dar nu orice poveste poate fi împărtășită. Ea trebuie adaptată pentru cel căruia îi este greu să o asculte. Transformarea evenimentului în povestire se face printr-o dublă operațiune: plasarea întâmplărilor în afara sinelui și situarea lor în timp. Auditoriul trebuie să fie prezent, dar tăcut. Uneori, acest martor există doar în imaginația celui suferind, care, prin povestea lui intimă, se adresează unui public virtual. Pentru cei răniți în suflet, povestirea reprezintă un act ce le dă senzația că „întâmplările parcă se povestesc singure“.³²¹⁵ Imaginile amintirilor se succedă, înconjurată de cuvinte care le comentează, le precizează, ezită, descriu din nou scena cu expresii noi. Încet, prin acest efort, povestirea extrage întâmplarea în afara persoanei în cauză. Această expunere plasează în trecut un eveniment marcant care ne-a mișcat profund: „Cu acest preț trecutul, absentul, cel care nu mai este se poate întoarce în lumea prezentă a celor vii, pe scena textului și a imaginii, a reprezentării ca re-prezentare“.³³¹⁶

Această capacitate de a construi un discurs care permite accesul către intimitatea propriei ființe începe să se manifeste la copiii cu vârsta cuprinsă între șapte și 10 ani. Înainte de această perioadă, suntem supuși contextului, precum copiii care izbucnesc în râs în timp ce au încă ochii plini de lacrimi sau care sunt disperați după o decepție neînsemnată, însă simt o bucurie nemaipomenită văzând un fluture zburând. Micuții întâmpină dificultăți dacă îi întrebi: „Ce ai făcut astăzi?“, pentru că un răspuns ar necesita o reprezentare a timpului. Înainte de a-și construi o lume interioară, copiii vorbesc despre evenimentele din exterior.

Spre 7–10 ani, expunerea despre sine presupune o suită de enunțuri care încearcă să răspundă la întrebarea: „Cine sunt eu pentru ceilalți?“ De foarte devreme, discursul este sexualizat: „Sunt o fetiță. Mă cheamă Silvia. Părul meu este blond și tuns scurt“³⁴¹⁷. Fetele folosesc des verbul „a plăcea“: „Îmi place Madeleine, îmi place rochia, îmi place culoarea ochilor mei“. Băieții preferă „a fi“ și „a avea“: „Sunt mare, sunt bun la fotbal, am o bicicletă frumoasă“.

Cu cât ești mai tânăr, cu atât se evidențiază mai mult discursul afirmativ. Când privești în urmă, apar nuanțele și îndoiala. Fetele dau importanță din ce în ce mai mare privirilor celorlalți, pe când băieții aduc în discuție din ce în ce mai des repere ierarhice. Cercetările pun în lumină sexualizarea precoce a discursurilor, însă nu explică originea acestei diferențe.

Modificarea spontană a reprezentării de sine în funcție de vârstă, de sex, de anturajul afectiv și cultural dovedește evoluția imaginii despre propria persoană și explică de ce reziliența este posibilă pentru un timp îndelungat, de vreme ce ideea pe care ne-o facem despre noi înșine se poate modifica sub efectul totalității povestirilor. Mai elaborate, mai puțin stereotipe decât discursurile, povestirile necesită o reorganizare a secvențelor din memorie, cu intenția de a construi o imagine a sinelui adresată apropiaților noștri, culturii, unui terț real sau imaginar.

Când subiectul nu poate efectua această activitate, pentru că este prea tânăr, pentru că anturajul îl îndeamnă la tăcere sau deoarece creierul, deteriorat de un accident sau de o boală, nu mai poate reprezenta timpul, atunci reziliența devine greu de atins. Dar, atâta vreme cât putem schimba imaginea despre noi, cât timp un angajament în realitatea psihică și socială ne permite să lucrăm la acest aspect, reziliența este cu putință, pentru că este vorba doar de continuarea unui tip de dezvoltare după o agonie psihică.

Forța destinului

Sensul se naște din privirea retrospectivă care cuprinde propria persoană și propriul trecut. Această constrângere arată că unele persoane supraestimează reziliența care le propune un șantier plin de speranțe, în timp ce alții se supun nenorocirii ca unui destin. În această viziune, destinul iese câștigător, prin forța împrejurărilor, pentru că este tautologic: „Este mort pentru că trebuia să moară“ – argument imparabil, pentru că se prezintă de parcă ar avea un sens, ca un rezultat conținut de predicție³⁵. Acest adevăr inevitabil îi încurajează pe cei care vorbesc în chip tautologic să-și înșiruie gândurile: „Deci, a făcut medicina pentru că altceva nu putea face, cu părinții pe care îi avea...“, „S-a însurat cu o femeie rigidă pentru că, vă dați și singuri seama, a avut o copilărie instabilă...“. În Evul Mediu se spunea că un corp cade deoarece e înclinat spre decădere. În ziua de azi, se declară că și-a ucis soția fiindcă avea un instinct de ucigaș. Această iluzie retrospectivă inspiră un puternic sentiment de coerență celor îndrăgostiți de ideea destinului. Sensul, prezentat ca un slogan, are un efect calmant și înlătură vina: „Nu puteam să fac altfel, o forță ascunsă în mine mă obliga... Așa a fost scris... Nu e vina mea“. Adoratorii destinului sărbătoresc supunerea în fața forțelor obscure care ne conduc. Pentru ei, consecința clarifică prevestirea: „Eu am spus clar că trauma lui, pe care o credea cicatrizată, se va redeschide într-o zi“. De parcă o fatalitate care ne-ar conduce într-un mod irevocabil, ca o forță diabolică ghemuită adânc în noi, un enorm parazit psihic greu de detectat, care ne dirijează fără să ne dăm seama.

Culturile care se încred în certitudine atribuie deseori un sens fără valoare evenimentelor: „Evreii morți la Auschwitz trebuie să fi comis crime mari, de au fost atât de crud pedepsiți de Dumnezeu“, a spus recent un rabin la Ierusalim. Tele-evangheliștii americani au explicat atentatele din 11 septembrie 2001 prin „păcatele și desfrânarea newyorkezilor“. Consecințele grave nu pot fi explicate decât prin cauze grave. Un asemenea gust pentru credința extremă te face să accepți orice dogmă care impune adevărul. Persecutați și persecutori, victime și călăi, toți am fi conduși de o forță

nemiloasă care justifică tragedia.

Această supunere în fața sorții îi protejează pe cei care nu au fost atinși de traume. Ea îndepărtează angoasele incertitudinii și îi face nevinovați pe criminalii de război care spun, pe un ton calm: „Nu am făcut altceva decât să execut ordinele“. În Rwanda, fetele care au indicat ce colegi de clasă să fie executați sau pur și simplu cui să i se taie mâinile declară astăzi, suspinând: „Nu eu am făcut acest lucru, eram posedată de Diavol“. Édith Uwanyiligira povestește: „În timpul fugii din fața primejdiei, tăceam, ca orice umilit. Pe oriunde treceam, se auzea: «Uite, Tutsi... miros urât, trebuie să-i omorâm, să scăpăm de ei». Chiar și școlarii din clasele primare [...] aruncau cu pietre în noi și țipau: «Ăștia sunt Tutsi, niște gândaci»³⁶¹⁹. Genocidul a provocat deteriorarea fizică și mentală a supraviețuitorilor, încât martorii erau dezgustați când îi priveau. Pentru a ajunge într-o asemenea stare, crima lor trebuia să fi fost pe măsură! Consecința care explica astfel cauza legitima masacrul în masă.

Descrierea rănii care se adâncește în sufletul celor traumatizați este și ea victima abaterii ideologice în cazul celor care se gândesc că un monstru șade ascuns adânc în copiii loviți de această nenorocire și că, de la o zi la alta, diavolul va apărea de acolo pe neașteptate. Cei maltratați vor deveni, la rândul lor, părinți violenți, se vor îndrăgosti de agresorii lor, iar demonul din ei îi va îndemna să comită atrocități. Simplul fapt de a ne gândi la un om agresat reprezentându-l doar sub formă de victimă transmite o impresie de proximitate între participanții la violență. De vreme ce ai suferit un prejudiciu, înseamnă că ai fost aproape de agresor. Această logică trezește o senzație de fuziune între violator și violat: „Dacă a pățit așa ceva, este clar că ea l-a provocat, este în oarecare măsură complice...“ Victimele sunt suspecte, ele sunt inițiate, fiindcă au fost aproape de moarte... Au fost în brațele atacatorului, nu trebuie să ai încredere în ele, ba mai mult, amândoi trebuie vârați în același sac și aruncați în apă, ca în Evul Mediu. Această senzație de intimitate între cei care au fost parte în actul de agresiune pune în funcțiune raționamente automate: oricărei victime ar trebui să-i fie rușine de Răul care zace în ea, căci „învățămintele demne de compătimit ale viciului lasă în sufletele acestor persoane agresate un germen de corupție“³⁷²⁰. În tribunalele din secolul al XIX-lea se regăsește o parafrază surprinzătoare a celor care gândesc și astăzi că Răul este ascuns în sufletul copiilor abuzați și că, într-o

zi, Blestematul va ieși din ei: victimele sunt dezgustătoare!

Credința extremistă a acestor raționamente liniare este formulată de iubitorii fatalității, care afirmă că o rană se transmite de-a lungul a mai multor generații și că un secret provoacă o psihoză la a treia descendență. Într-adevăr, leziunea psihică provoacă o organizare specială a personalității părintelui, care va cuprinde și copilul. Acest fenomen va transmite o umbră ce va aduce neazuri, dar care poate, la fel de bine, să aducă plăcerea enigmei.

Conjugările afective

Reziliența are în vedere doar modurile în care aceste rupturi traumatice se pot repara. Dar, pentru a ne gândi la reziliență, trebuie să facem din propria poveste o viziune în care fiecare întâlnire este o alegere. Acest mod de a oferi un sens propriei existențe demonstrează o capacitate de libertate intimă. Ea permite mii de scenarii posibile, cu ezitățile, cu norocul, cu angoasele pe care le presupune orice alegere. Oamenii care gândesc astfel se simt în largul lor în culturile care se încred în incertitudine, în care pot foarte ușor „să facă din viața lor o aventură”³⁸²¹. Această libertate firavă este un artizanat în care fiecare gest și fiecare cuvânt pot modifica realitatea ce ne târăște după sine și pot construi reziliența ca o negare a destinului.

Formarea cuplului constituie, fără dubii, o alegere importantă în existența noastră. Orice victimă a vieții se angajează în acest demers cu tot trecutul său, cu visurile și cu felul său de a oferi sens. De asemenea, partenerul își face o imagine despre propria suferință, despre speranța cuplului în viitor. Fiecare va trebui să formeze, să îmbogățească, să protejeze, să cadă la învoială și uneori chiar să se lupte cu lumea intimă a celuilalt. Această unire afectivă și istorică constituie un spațiu protector senzorial pentru copilul care se va naște. Totalitatea gesturilor, țipetelor, râsetelor, mimicilor și a cuvintelor îi vor modela dezvoltarea timpurie până în momentul în care, la rândul său, va ajunge la vârsta maturității sexuale.

- Cum se întâlnesc sufletele rănite?
- Înțelegerea în cuplu întărește reziliența sau agravează rana?
- Ce le transmit părinții rezilienți copiilor care vor veni pe lume?

Acestea sunt întrebările care ne preocupă.

III .CÂND ÎNTÂLNIREA ESTE O REGĂSIRE

Minunea și râma

Adolescența perpetuă este oare un semn al unei evoluții bune?

Copiii se simt mai bine sau mai puțin bine, în funcție de felul în care mediul le sprijină dezvoltarea. Vine o zi când, brusc, lumea trezește sentimente necunoscute până în acel moment. Copilul știa că o fetiță nu este un băiețel, că femeile nu sunt bărbați și că nu toate femeile sunt mame. Însă, cu trecerea lunilor, aceste noțiuni sexuale se încarcă de o conotație afectivă diferită. Deodată, trupurile femeilor trezesc sentimente noi în adolescenți, sentimente plăcute și neliniștitoare. Fetele îi privesc pe băieți cu alți ochi, sperând să le atragă atenția tinerilor de care râdeau doar cu câteva săptămâni în urmă.

Această emoție recentă, acest fel puternic de a fi impresionat/ă de altcineva este atribuit secreției, în timpul pubertății, a hormonului sexual, ce îl face pe junele puber hipersensibil la un tip de informații care, înainte, aveau prea puțină importanță. Modificările biologice anunță pubertatea, dar nu explică adolescența. Tânărul manifestă pe neașteptate o apetență curioasă pentru corpul altei persoane și trebuie să-și folosească toate abilitățile relaționale, tot stilul afectiv de care dispune în acel moment, întreaga modalitate de a iubi pe care a căpătat-o de-a lungul timpului pentru a se apropia de persoana căreia îi aparține trupul dorit și pentru a se înțelege cu aceasta într-un fel încă necunoscut. Adolescența nu constituie neapărat un moment de criză, dar este mereu, cu siguranță, o etapă de schimbare a orientării afective.

Tânărul care se simte împins spre celălalt pentru o relație specială nu poate să nu își pună întrebarea: „Mă va accepta?” Intervine atunci reprezentarea sinelui care s-a construit în mintea sa pe când era copil. Reprezentarea prin imagine: „Cu așa corp, nici un bărbat nu ar putea să mă dorească”. Și reprezentare prin cuvinte: „Cu trecutul meu de copil maltratat, în mod sigur mă va respinge”.

Așteptăm prima dragoste și deja imaginea pe care ne-o facem despre celălalt

se conturează în funcție de imaginea de sine pe care o avem: „Femeile sunt zâne care mă neliniștesc. Cum ai vrea ca o așa minune să se îndrăgostească de râma care sunt eu?” Putem gândi și astfel: „Fetele sunt niște lucrușoare vulnerabile de care mă voi folosi după pofta inimii, pentru că sunt mai puternic și mai îndrăzneț”. În toate cazurile, pregătirea pentru angajamentul de iubire pune în joc imaginea asupra sinelui conturată pe parcursul copilăriei. Amintirea trecutului este întrebuințată pentru această nouă realizare: „Cine sunt părinții mei?”; „Am fost crescut bine?”; „Am calități de prieten?”; „Sunt trist?”; „Sunt inteligent?” Imaginea de sine reprezintă capitalul cu care ne angajăm în cele mai aventuroase alegeri ale existenței noastre: dragostea și comunitatea.

Această reprezentare de sine devine o credință care ne determină toate promisiunile de a realiza ceva: „Nu sunt bun de nimic la școală, sunt prost, așa că voi avea o meserie pentru proști”. Cel care judecă astfel își pregătește amărăciunea și începe orice lucru pornind de la ceea ce crede despre el, despre trecutul și viitorul său. Astfel că un adolescent cu un trecut în care a fost privat de afecțiune va avea tendința să se teamă de viitorul amoros pe care și-l dorește cu disperare. Visează la o fată care să-i aducă siguranță sentimentală, cu orice preț. La fel, o fată care a trăit o copilărie în sărăcie lucie și care a suferit de pe urma acestui trecut se refugiază în speranța vie că va face orice pentru a nu mai suferi vreodată de foame. Adolescența constituie astfel o placă turnantă, un moment pe drumul vieții în care angajamentele noastre depind de ideea pe care ne-o facem despre noi înșine. Este o perioadă sensibilă³⁹, în care se investește, mai mult sau mai puțin avantajos, capitalul intelectual, istoric și afectiv căpătat în cursul dezvoltării personale. Dar este, de asemenea, un pariu pentru viitor și o posibilitate de schimbare a imaginii de sine, în funcție de persoanele și de mediile pe care le întâlnești în acel moment.

Adolescența: curbă periculoasă

„Perioadă sensibilă“ nu înseamnă „perioadă patologică“. Mai puțin de 2% dintre copii sunt depresivi, chiar și atunci când condițiile de viață sunt grele. Un băiețuș ai cărui părinți sunt săraci sau bolnavi poate totuși să extragă din mediul său suficiente momente de prietenie, partide de fotbal și ore de la școală cât să fie fericit. Un adolescent trebuie să-și transforme atașamentul, să se desprindă de legătura parentală, pentru a se lansa într-o altă relație, care va fi, deopotrivă, afectivă și sexuală. Riscul este mare, chiar și într-o situație normală, pentru că, dacă vrea să evolueze și să-și continue dezvoltarea, va trebui să-și părăsească baza de securitate. Numărul de depresii crește, ajungând la 10%. Adolescenții non-patologici (90%) nu sunt neapărat nici ei în perfectă siguranță. Intensitatea emoțiilor, exprimările vehemente îi afectează pe părinți și provoacă conflicte în 30%–40% dintre cazuri⁴⁰. Nu este vorba despre o situație critică, ci despre un moment sensibil. Relația afectivă poate evolua atunci când mediul oferă o posibilitate de calmare a emoției și de solicitare a tânărului într-un proiect de viitor.

Pentru adolescenți, aceste conflicte domestice nu le împiedică atașamentul. Hiperexpresivitatea acestei vârste explică aparenta contradicție dintre sondajele care arată că mai mult de 80% dintre adolescenți își iubesc părinții și situația în care în 50% dintre familii se petrec adevărate furtuni. Când un părinte a dobândit atașamentul securizant, nu înrăutățește împotrivirea adolescentului, ci îl liniștește și așteaptă ca acesta să-și exprime din nou afecțiunea. Dar când părintele, din cauza propriei sale povești, a investit prea mult în copil, se simte rănit de vehemența tânărului și descalificat din rolul său parental: „Am renunțat la o carieră incitantă ca să nu schimb liceul la care înveți. Pentru ce, ca să te porți așa?“, iar banalul conflict se transformă într-o relație plină de amărăciune.

Schimbarea afectivă din timpul perioadei sensibile a adolescenței diferă în funcție de sex. Într-una dintre zilele trecute, am luat autobuzul acvatic care face legătura între Toulon și Les Sablettes. Eram înconjurat de o gașcă de

tineri, fete și băieți foarte neastâmpărați. „Mă ocup de cei de 13 ani“, a spus un însoțitor. Fetele erau de două ori mai înalte decât băieții. Deghizate în delicii sexuale, își afirmau cu toată puterea feminitatea ce urma să apară curând: decolteuri îndrăznețe deasupra unor burice cu bijuterii, fuste foarte, foarte scurte, unghii, ochi, buze, păr, tot ce putea fi sexualizat era pus în lumină. În sufletul lor copilăros, nu era vorba de o invitație la actul sexual, ci mai degrabă de o afirmare mândră a câtorva avantaje ale transformării în femeie. Băieții păreau plăpânzi pe lângă aceste puștoaice mari de statură. Imberbi, cu pielea proaspătă, delicați, se lăsau ocrotiți de fetele care îi luau în brațe și râdeau de neroziile lor când, dintr-odată, băieții începeau brusc să le lovească cu asprime în stomac. Cu stângăcie, grațioasele puștoaice luau o inutilă poziție de luptă, și apoi prietenia revenea. O adolescentă de 13 ani este deja puberă de doi sau trei ani când începe să stea în preajma băieților, care își încep cu greu metamorfoza. Această diferență este enormă la o vârstă la care maturizarea fizică, afectivă și intelectuală joacă un rol important în orientarea socială. Totuși, în aceeași perioadă, constatăm o inversare de dispoziție. Băieții, care erau puțin triști și dominați de către fete, devin, în câteva luni, veseli și siguri pe ei, uneori prea siguri, în timp ce fetele care se descurajau mai greu decât băieții înainte de pubertate încep să fie temătoare, mai puțin sigure pe ele însele și mult mai anxioase. Caută adesea aprobarea unui adult, ceea ce le ușurează adaptarea la orice formă de cultură⁴¹. Ceea ce ne face să subliniem că aceeași situație va avea un impact psihologic diferit, în funcție de vârsta și de sexul receptorului. Băieții, mai vulnerabili la divorțul părinților, își formează cu greutate identitatea atunci când nu au tată și caută împrejurări în care asumarea de riscuri le servește drept probă de inițiere. Fetele, în schimb, mai avansate din punct de vedere fizic și intelectual, suportă mai bine divorțul, dar se simt îngrădite atunci când rămân singure cu mamele lor. Aceste adolescente au uneori senzația că își găsesc autonomia dacă devin mame foarte tinere. În Québec, la vârsta de 16 ani, o fată din două a avut deja o relație sexuală (față de un băiat din patru) și 5% dintre aceste tinere vor rămâne însărcinate⁴².

Implicarea sexuală este condusă, prin urmare, de forțe confluente: vârsta, maturizarea biologică diferită, în funcție de sex, contextul familial și cultural în momentul întâlnirii, povestea de viață a tinerei persoane și imaginea pe care o are despre sine înainte de actul sexual. Un băiat care provine dintr-un mediu sărac, trăind într-un spațiu restrâns, va avea mai degrabă tendința de a

nu acorda școlii mare importanță și de a alege o muncă manuală, dacă contextul social îi propune vreuna. O fată care se simte jenată de o mamă sărmană și izolată compensează eșecul școlar și lipsa de comunicare cu o sarcină precoce. Această acumulare de informații biologice, istorice, familiale și culturale descrie o populație de adolescenți care se dezvoltă fără traume, dar cu grele încercări. Cel traumatizat este supus aceluiași forțe confluente care, de această dată, acționează asupra unei personalități sfâșiate.

Acest tip de raționament, în care se integrează elemente fundamentale de origine diferită, se opune judecăților liniare în care o singură cauză provoacă un singur efect. Când nu te simți bine, ai tendința să gândești într-o manieră univalentă, sperând ca în acest fel să găsești o soluție. O astfel de explicație arbitrară ne ușurează munca, pentru moment, punând în lumină un adevăr parțial, însă ne oprește să vedem celelalte rădăcini ale răului. Nici o cauză nu este în întregime explicativă.

Gustul lumii este acela la care te aștepti

Atunci când un copil care suferă ajunge la adolescență, se îndreaptă spre o schimbare afectivă inevitabilă – provocată de fluxul hormonal și de interdicția incestului – a felului său de a gusta lumea. Durerea din copilărie l-a făcut cu precădere sensibil la un tip de informație. Copiii care au crescut într-o țară aflată în război percep mai ușor decât ceilalți trântitul unei portiere sau zgomotul motorului unei mașini. Ca reacție la aceste zgomote, aceștia plonjează sub o masă de sub care ies fără să se simtă jenați sau ridicoli, pentru că, în mintea lor, este vorba pur și simplu de un instinct de supraviețuire. Crescând într-un astfel de loc au învățat să perceapă în special acest tip de informație sonoră care nu este de însemnătate decât pentru ei. Acest semnificant înscris în memoria lor încă le provoacă un astfel de răspuns, chiar și într-o țară aflată în timp de pace, în care plonjatul sub o masă provoacă râsul, pentru că nu se potrivește situației.

Comportamentul de mai sus, care se observă frecvent, permite înțelegerea faptului că răspunsul nostru la o stimulare prezentă se explică în lumina experiențelor trecute⁴³. Un sugar „răspunde parametrilor prezenți în realitatea înconjurătoare⁴⁴, însă, începând cu vârsta de cinci luni, răspunde unor modele mentale care s-au construit în memoria sa fragedă: Internal Working Model (IWM) – model intern de funcționare. De foarte devreme, cel mic învață să extragă din mediul său o formă preferențială constituită, în acest stadiu, din senzorialitatea maternă. Îndată ce această formă este înregistrată în memorie, ea impregnează copilului un sentiment al sinelui. Dacă mama maltratează copilul sau îl tratează cu asprime, acesta învață să perceapă într-un mod pătrunzător mimicile, sonoritățile și gesturile care anunță actul brutal. Îl încearcă stări de neliniște, de nemulțumire declanșate de perceperea unui indice comportamental foarte scăzut și răspunde prin reacții de izolare⁴⁵, de evitare a privirii și de grimase triste, exprimând starea proastă care pune stăpânire pe el.

În lumea intimă a copilului se formează, în același timp, un model de sine și

un model al altcuiva. Mai târziu, micuțul chinuit continuă să reacționeze la aceste reprezentări învățate. Este rezistent la schimbare și integrează cu greutate experiențele noi care ar putea să-i schimbe modelele interne. Doar la adolescență mai poate interveni ceva, atunci când inevitabila transformare emoțională creează un moment „în care reprezentările negative căpătate în copilărie pot fi modificate”⁴⁶. Vorbim despre o cotitură a vieții⁴⁷, despre o perioadă sensibilă în care emoția este atât de vie, încât îi permite memoriei biologice să învețe un alt stil afectiv... dacă mediul îi oferă ocazia. Astfel, o persoană cu curențe poate să-și însușească, chiar și așa târziu, securitatea afectivă de care a fost privată, fiindcă „legarea unor relații în afara familiei de origine poate modifica principiile atașamentului deprinse anterior”⁴⁸.

Bruno nu știa cât era de murdar. Fusese plasat în asistență maternală ca ajutor la o fermă, la vârsta de șapte ani. Arendașul, o femeie, îl lăsa să doarmă afară, în hambar, pe un balot de fân, alături de un băiat „mare”, de 14 ani. Munca lor consta în a scoate apă din puț, a aprinde focul și a păzi oile. Curățând bălegarul și dormind în hambar, în câteva luni, cei doi copii au prins o crustă de mizerie la fel de neagră ca hainele pe care le purtau. Într-o duminică, o doamnă a venit să-l caute pe Bruno pentru a-l lua să petreacă o zi întreagă într-o casă adevărată, ca să-i ridice moralul⁴⁹. Însă când această femeie generoasă a vrut să îi facă băiatului o baie, nu a putut să-și reprime o grimasă de dezgust. Pentru prima dată în viață, Bruno s-a simțit murdar. A resimțit un sentiment de dezgust, referitor la propria persoană, în același timp în care îl percepea pe un alt om, un model disprețuitor, iar gândul său a fost: „Sunt dezgustător când sunt privit de oameni mari și drăguți cu mine”. Din acea zi, copilul nu s-a mai simțit în largul lui decât în compania băieților marginalizați, lângă care nu se mai simțea murdar. A început să-i evite pe adulții amabili, care îl înjoseau cu privirea lor. Adaptându-se la această situație, Bruno s-a plasat într-o comunitate care îi împiedica reziliența.

Obligația de a iubi diferit

Într-un mediu stabil, în care nimic nu se schimbă și stereotipul este că „un puști aflat într-un centru de plasament nu poate deveni altceva decât un băiat de fermă grosolan și murdar“, copilul nu se poate transforma. Este greu să îți schimbi modul în care relaționezi, atunci când totul este încremenit în societate și în privirile oamenilor.

Fie că este supravegheat sau nu, adolescentul creează un moment prielnic schimbărilor afective. Efectul hormonal provoacă dezvoltarea sistemului nervos, deci o nouă gamă de deprinderi biologice⁵⁰. Interdicția incestului îl obligă pe tânăr să plece de lângă părinți, pentru a încerca aventura unor noi legături și pentru a evita angoasele incestuale⁵¹. Acest interval evolutiv înseamnă o asumare de riscuri care, ca orice schimbare, poate fi sursa unui progres sau a unui eșec. Este momentul împlinirilor și, de asemenea, perioada vieții în care au loc multe tulburări de anxietate.

Pentru a înțelege cum se gestionează această perioadă sensibilă, trebuie să ne amintim că acei copii care simt o mare plăcere la gândul cercetării lumii exterioare au atins un atașament securizant. Adolescenții fac apel la această aptitudine dobândită precoce pentru a se desprinde într-un mod armonios de familia de origine și pentru a încerca acțiunea îndrăzneță și riscantă a unei noi legături, de uniune prin căsătorie.

Dacă luăm în considerare un eșantion de 100 de adolescenți, constatăm că 66 dintre aceștia au avut de-a lungul copilăriei o relație armonioasă cu părinții. Totuși, 15 nu vor trece cu bine de această cotitură a existenței, devenind inhibați și temători. În mod paradoxal, mediul lor mult prea protector a mascat anxietatea care își făcea loc și a împiedicat înfruntarea problemei. Bogăția afectivă dăunează dezvoltării normale la fel de sigur precum carența de afecțiune.

Dimpotrivă, când îi urmărim în mod regulat pe cei 34 de adolescenți care au

cunoscut un atașament nesecurizant în timpul copilăriei (evitant, ambivalent sau confuz), constatăm cu uimire că 10 dintre ei au un atașament securizant în acest moment. Tinerii metamorfozați au pus – împreună cu o prietenă sau cu un tovarăș intim – baza de securitate afectivă pe care părinții nu au putut să le-o ofere⁵².

Jumătate dintre acești tineri care au pornit cu stângul și-au explicat transformarea prin întâlniri datorate hazardului, în timp ce cealaltă jumătate au atribuit împlinirea de care au avut parte propriului interes puternic pentru astfel de întâlniri. Putem argumenta această aparentă opoziție afirmând că fluxul hormonal modifică universul interior al tinerilor puberi și îi face hipersensibili la informații pe care în trecut le percepeau cu mare încetineală. Secreția intensă de testosteron la băieți îi face deodată nerăbdători, gata să acționeze și să reacționeze puternic la frustrări. În cazul fetelor însă, secreția domoală, dar variabilă de estrogen le face să se manifeste verbal exploziv sau, din contră, să fie foarte tandre⁵³.

Orice perioadă sensibilă îndeamnă la o evaluare a propriilor capacități, cu scopul de a întâmpina mai pregătit următoarea experiență. Tânărul își întoarce fața spre trecutul său, își povestește istoria sau dă socoteală unui tribunal imaginar, pentru a înțelege mai bine cine este cu adevărat și în ce fel poate să meargă mai departe. Această operație accesează gândirea formală, o logică deductivă care, asociind date dispersate, face lumea coerentă. În acest moment, adolescentul devine avid de întâlniri exterioare mediului familial. În funcție de ceea ce cartierul și societatea îi pun la dispoziție, va avea mai multe ocazii să întâlnească prieteni delincvenți sau, din contră, binevoitori. Însă aceste împrejurări nu sunt pasive, pentru că tânărul va căuta în mediul său oamenii și întâmplările pe care le dorește.

În fine, din 100 de copii observați până la adolescență, cinci dintre cei cu începuturi nefericite, aflați mereu în suferință, sunt dărâmați în această perioadă, copleșiți de multitudinea problemelor cu care se confruntă.

Revenim și spunem că, examinând acești copii de la început, din 66 care au avut parte de un atașament securizant, doar 50 vor reuși să aibă o adolescență fericită. Din 34 de copii cu probleme de mici, 10 vor ajunge la aceeași perioadă de adolescență în deplină mulțumire. În schimb, 16 dintre cei care au avut o copilărie împlinită se vor alătura celor 24 de tineri care nu au avut

un început bun și vor cunoaște o adolescență critică⁵⁴. Acest lucru nu va împiedica situația ca, după câțiva ani anevoioși, puterea evolutivă să fie atât de puternică, încât 30 dintre tinerii în dificultate să se stabilizeze și să dobândească un stil de viață mai echilibrat și mai plăcut, beneficiind astfel de un fel de reziliență naturală. Însă zece dintre aceștia vor avea mari probleme mentale și sociale. Acestei minorități i se lipește abuziv eticheta de „adolescență“ în Occident.

Zece tragedii, 30 de perioade critice, 60 de adolescenți fericiți, această tinerețe este departe de a corespunde stereotipului cultural care subliniază crizele și perioada periculoasă⁵⁵. Acest clișeu, vorbind despre un adevăr parțial, aduce cu sine o generalizare exagerată. Totuși, 10% dintre adolescenții proveniți din 14 milioane de copii înseamnă totuși 1,4 milioane de tineri disperați.

De vreme ce adolescența constituie în mod normal o perioadă de modificare afectivă, în care fiecare tânăr pune în joc ceea ce a învățat în trecut, pentru a se avânta în viitor, procesul de reziliență cunoaște, în acest moment, o perioadă nimerită în care persoanele cu traume pot profita pentru a-și asuma o aventură existențială constructivă.

Stilul afectiv dobândit și sensul dat suferinței alcătuiesc, în consecință, capitalul mental cu care tânărul își reprezintă angajamentul viitor și cu care răspunde acestei obligații⁵⁶. Se întâmplă ca adolescenții care au cunoscut un atașament securizant să aibă mai mulți prieteni și un prim raport sexual mai tardiv (17,5 ani), cu un număr mai mic de parteneri (doi sau trei)⁵⁷. Ceilalți tineri, cei cărora le este teamă să își exprime sentimentele (cei care evită), cei care, din cauza angoasei, îi agresează pe cei pe care îi iubesc (ambivalenții), cei care nu se simt bine decât ținând captiv obiectul dragostei lor (atașamentele angoasate), cei care se află mereu în situații critice (cei confuzi), acești adolescenți au puțini prieteni, din cauza relațiilor dificile. Se aruncă în brațele unei sexualități prost gestionate, sperând să găsească aici legătura care le lipsește. În cadrul acestei populații, găsim riscuri nechibzuite la băieți, sarcini precoce la fete, boli cu transmitere sexuală, numeroși parteneri (șapte parteneri la vârstele de 12–18 ani), căutarea evenimentelor șocante care să-i ajute să-și găsească identitatea și consumul drogurilor care le conferă, în sfârșit, un rol în viață, dar care adaugă aproape întotdeauna o

rană suplimentară la suferința din copilărie. În cazul celor care evită, care își ascund furtuna interioară în spatele măștii inhibiției, găsim cel mai adesea raporturi sexuale tardive, cu ocazia trecerii la un act exploziv și neașteptat. Dar tot în grupul atașamentelor dificile dăm peste cel mai mare număr de schimbări afective care pun pe roate un proces de reziliență⁵⁸.

Copilul-mascotă și supraomul

Există astăzi pe planetă 120 de milioane de copii abandonați care rătăcesc pe străzi, fără familie, fără acces la educație. La această cifră se adaugă neglijența afectivă, abandonul domiciliului, de unde copiii fug și trăiesc din cerșit, pentru că în stradă găsesc mai multă viață și afecțiune decât în apartamentul frumos și confortabil al părinților amabili și fără suflet⁵⁹. Ruperea de societate și tulburările de dezvoltare sunt majoritare printre aceștia, însă mai mult de 30% din această mare populație se va corecta și va avea o evoluție rezilientă, cu condiția ca structura lor afectivă de ființe cu probleme să ajungă să se lege articulat de structura afectivă a altcuiva, individ sau grup.

Ne este greu să concepem maltratările fizice, care erau totuși ușor de remarcat, dar vom întâmpina și mai multe dificultăți în a observa privările afective. Este dificil să „vezi“ ceva ce nu are formă fizică, cu atât mai mult cu cât însuși cel care suferă conștientizează vag ruptura⁶⁰, pentru că nu este vorba despre o durere fizică, nici despre umilire, nici chiar despre o pierdere insuportabilă. Este o pierdere a afecțiunii lentă și înșelătoare, care erodează, cu atât mai mult cu cât nu îți dai seama ce se întâmplă cu adevărat. O lovitură, un viol, un război, o relație terminată permit stabilirea exactă a datei producerii evenimentului și conturarea unei forme a agresiunii, în timp ce aici este vorba despre o indiferență a lumii, despre o extincție lentă, despre o stingere discretă și continuă a figurilor de care suntem atașați. Când un copil care nu a avut parte de atașament ajunge la vârsta iubirilor, resimte cu angoasă creșterea dorinței care îl poartă ușor înapoi, spre rana lui nevindecată. Poate să clacheze la prima dragoste, în timp ce acela care a beneficiat de întâlnirea amoroasă, începând o metamorfoză rezilientă, a cunoscut în trecut primele manifestări de apărare constructivă.

Este cazul „copiilor-mascotă“, pe care îi găsim în orfelinate. În situații critice, ne fac să râdem. Când suferim, scriu o poezie și ne-o dăruiesc pe furiș. Abandonați fiind, își fac un grup de camarazi pe care încearcă să îi susțină.

Aceste forme de protecție constructivă mențin punțile afective într-o lume în ruină. Datorită sistemului lor interior de apărare, acești copii necăjiți apără o insuliță de frumusețe. Refugiul în reverie pune la dispoziție câteva ore de plăcere, pe care copiii deznădăjduiți le caută, de parcă ar avea întâlnire cu o fericire tainică: „Repede, vreau să-mi reiau visul de unde am rămas aseară“. Își anticipează viața cu planuri nebunești care îi ajută să suporte realitatea tristă, mizeria cotidiană. Nevoia lor de înțelegere dă formă lumii exterioare, de care încearcă să nu se rupă. Vor să o vadă și să o analizeze, pentru a o controla mai târziu, „când o să fiu mare“. Această curiozitate și această mentalitate îi mențin apropiați și îi ajută să evite naufragiul melancolic de care sunt totuși aproape. Creativitatea le transpune suferința în desene pe care le expun, în povestiri pe care le spun, în scenele pe care le joacă, făcând astfel loc unui senzor de atenție la care ceilalți copii din orfelinat vin să se încălzească.

Copiii-mascotă care atrag afecțiunea nu sunt supraoameni mai mici, nici pe departe. Dar, înainte de a ajunge în situația gravă în care se află, au primit din mediul în care trăiau o serie de amprente precoce care le-au marcat în memorie o reziliență latentă⁶¹, de parcă ar fi gândit: „Simt că pot fi iubit, pentru că știu că am mai fost iubit“. Viața destrămată și jarul rămas din distrugerea ei coexistă în amintirea lor, ca o reprezentare de sine cu care pășesc în aventura iubirii.

Aline îmi povestea: „Îmi era rușine că nu am mamă și tată. Așa că, atunci când vreun tip încerca să se apropie de mine, mințeam. Îmi inventam niște părinți minunați, despre care vorbeam tot timpul. Mințeam. Mă prefăceam scandalizată de factura mare de telefon, pentru a se crede că am prieteni cu care vorbesc. Visam să am niște părinți nemaipomeniți, un tată funcționar, o mamă casnică. Iar când un băiat îmi declara: «Te iubesc», îl puneam la punct: «Îți bați joc de mine» și îl bruscam“.

De ce îi părăsim pe cei pe care îi iubim

Bruno răspundea și el unei imagini a sinelui, însă judeca în limbaj masculin: „Fetele mă atrăgeau deja dinainte să apară dorința sexuală. Nu știu de ce, dar mă gândeam mereu la o întâmplare petrecută la vârsta de 10 ani. Îi furasem ceva unui copil mai mare, de 14 ani. M-a urmărit prin curtea orfelinatului și mi-a dat un pumn în față. Eram amețit. În fugă, a venit către mine o fată care m-a îmbrățișat, spunându-mi cuvinte plăcute. Această imagine mi-a venit de multe ori în minte de atunci“.

Dintre miliardele de acțiuni, de lucruri, de întâmplări și de cuvinte care ne înconjoară, aproape toate vor fi uitate, pierdute în mediul ce ne învăluie și ne modelează fără știrea noastră. Până când, deodată, un scenariu a cărui acțiune dramatică provoacă un deznodământ răsare în conștiința noastră și rămâne acolo sub formă de amintire. Dacă lui Bruno îi făcea plăcere să rememoreze această întâmplare, acest lucru însemna că, pentru el, fetele erau purtătoare de afecțiune, aveau această putere de a umple pierderea, de a regăsi semnele unei iubiri dispărute, pe care știau s-o reînvie. În consecință, Bruno a fost un companion agreabil până în ziua în care apariția dorinței, depășind simpla tovarășie a fetelor, i-a schimbat comportamentul: „Am așa mare nevoie de afecțiune, încât atunci când mă apropii de o tânără, mi se pare ceva absolut incredibil, care aproape că mă înspăimântă. Fetele sunt atât de importante pentru mine, încât mi s-ar părea stupid să spun: «Ce frumos e afară...» Unei astfel de ființe nu îi poți spune decât lucruri ieșite din comun, iar eu nu știu să fac acest lucru. De cum mă apropii de o fată, mă depreciez, mă simt mediocru. Nu sunt capabil... Așadar, cu cât iubesc mai mult, cu atât mă simt mai rău. Pentru a-mi găsi alinarea, o părăsesc, ceea ce mă disperă“.

Dificultatea pe care o simt acești tineri în dragoste se explică prin însușirea unui stil afectiv incert. O astfel de reprezentare a sinelui duce la niște orientări care nu au de-a face cu șansa, cu hazardul: „Nu sunt fericită decât în cimitire sau la înmormântări. Suferința altora mă liniștește. În apropierea lor, nu mă mai simt anormală“. Femeia care îmi declara acest lucru mi-a

mărturisit că se îndrăgostise la prima vedere de cel care avea să-i devină soț: „M-am îndrăgostit imediat de el pentru că era cel mai trist“. Apoi și-a argumentat alegerea amoroasă vorbind despre romantism, despre blândețe, adăugând: „Nu mă tem de bărbații misterioși. Simt nevoia să îi lovesc pe cei foarte veseli“.

Trecutul dezbinat al adolescenților cărora le-a lipsit afecțiunea îi face să investească foarte mult în planul afectiv, al cărui sens le scapă, astfel încât resimt teamă față de sexul opus. „Nu mă simt bine deloc atunci când încep să iubesc“, spune un băiat din această categorie. „Femeile mă sperie și mă trezesc singur și disperat“, adaugă el. Acești tineri nu îndrăznesc să se apropie de fetele pe care le doresc. Celibatul nu are aceeași semnificație pentru ambele sexe: pentru băiatul a cărui adolescență înrăutățește rana din trecut, acesta reprezintă un eșec relațional, deznădejde și singurătate. Pentru tânăra care se trezește în patul unui bărbat cu care doar voia să stea de vorbă, celibatul înseamnă o instabilitate emoțională, o agresivitate provocată de o neînțelegere a sexualității.

Îndreptarea tinerilor către un celibat dureros și orientarea fetelor mai degrabă către o instabilitate emoțională și agresivă sunt rezultatele unei serii de adaptări. Băieții cu probleme fug de fetele pe care ar vrea să le iubească, în timp ce fetele care nu au simțit afecțiune sunt necruțătoare cu bărbații care profită de ele.

Fuga este o formă de adaptare regresivă; nu este un factor de reziliență, fiind repetitivă, și nu evolutivă. Totuși, această vulnerabilitate emoțională este încă sugestivă. În trecut, copiii care nu au avut parte de afecțiune aveau acces la un număr mare de instituții în care au putut lega diferite relații. Au fost alinați, respinși, lăudați, ignorați, maltratați sau elogiați, în funcție de persoanele adulte pe care le întâlneau. Unii dintre ei repetă același mod de a-și arăta afecțiunea, lacom sau distant, dar majoritatea se exprimă în funcție de relație. O asemenea atitudine schimbătoare dovedește că încă poți învăța să iubești atunci când noul mediu îți oferă stabilitatea emoțională care face loc schimbării.

Atunci când societatea le pune la dispoziție acestor tineri structuri stabile, cum ar fi locuri pentru studiu, cluburi de întâlnire sau în care își pot împărtăși aspirațiile, se constată că un număr mare dintre cei răniți se deschid treptat și

se lasă îmblânziți de către sexul opus. Tendința către celibat este mai puțin importantă în grupurile unite în jurul unui proiect politic sau artistic. Cei cu probleme îmbrățișează mai ușor altruismul decât intimitatea. Dar se mai observă și că slăbiciunea emoțională afectivă care făcuse întâlnirea cu celălalt sex atât de chinuită devine astfel un factor de stabilitate, de parcă tinerii ar spune: „Mi-a fost atât de greu să fiu cu cineva, încât acum accept să plătesc scump continuarea acestei căi a iubirii, pentru că simt că este cea potrivită“. După o perioadă de obișnuință dificilă, aceste cupluri rezistă probabil mai mult decât cele dintre persoanele care fac parte din categoria majoritară⁶². Adolescentul rănit acceptă astfel influența partenerii sau partenerului său, pentru că se dezvoltă datorită acestuia, în timp ce tânărul care nu a întâmpinat greutăți și a cărui personalitate e mai echilibrată și puternică vede în același fel de relație un pericol la adresa integrității sale, un preț prea mare, pe care va refuza să-l plătească.

Cei care au suferit emoțional sunt imprevizibili, pentru că schimbarea sentimentală pe care o resimt în forul lor interior poate să îi direcționeze spre poli opuși, în funcție de partenerul sexual pe care îl întâlnesc: fie își vor relua evoluția întreruptă de evenimentul traumatic, fie vor regresa. Acești „devoratori ai iubirii“ au căpătat un stil afectiv pe parcursul copilăriei grele, dar în momentul schimbării amoroase din adolescență pot evolua sau se pot adânci, în sensul că pot deveni delincvenți impulsivi sau, la fel de bine, moraliști virtuoși⁶³.

Ivirea sensului diferă în funcție de sex

Asimetria sexelor este mai evidentă ca niciodată în timpul adolescenței, fiindcă „sarcina poate fi considerată o «criză» normală a dezvoltării”⁶⁴ în care fata devine egala mamei sale, soția soțului său și mama propriului copil. În acel moment, corpul său și feminitatea sa sunt puse la încercare: „Trupul meu este capabil să poarte un copil? Voi fi mamă, asemenea mamei mele? Pot avea încredere în bărbatul meu?” La aceste întrebări putem adăuga, după o generație sau două: „Organizarea socială va profita de acest moment crucial pentru a mă reduce la rolul meu de mamă sau îmi va permite dezvoltarea personală?” Toate modurile de a iubi sunt analizate în perioada în care femeia este însărcinată: atașamentul dobândit în timpul copilăriei, schimbarea emoțională a tinereții și dreptul de a se iubi mai mult sau renunțarea la acest drept, pentru a se dedica familiei.

Putem păstra același raționament și în cazul bărbaților; pentru aceștia, angajamentul psihic nu are aceeași greutate. În timp ce mama simte două ființe în același corp atunci când se gândește la copilul pe care îl poartă, băieții sunt încă foarte individualizați când se văd în slujba familiei sau... fugind de acest angajament. Numeroase violențe conjugale apar în timpul în care femeia este însărcinată, pentru că bărbatul este înfricoșat, crezând că ea se pregătește să îi construiască o închisoare emoțională: „Va profita de sarcină, ca să mă domine. Se preface că-mi este devotată, ca să controleze de fapt totul“. Angoasa de a fi subjugat dă naștere unei revolte violente, în urma căreia bărbatul, rușinat, încearcă să își ceară iertare, dându-i astfel femeii puterea pe care o contestase cu vehemență anterior⁶⁵. Atunci începe un proces repetitiv împotriva rezilienței.

Această perioadă delicată poate aduce o schimbare. Mulți tineri dezorientați, fără simțul identității, îndreptându-se spre catastrofă din cauza relațiilor cu alți nefericiți ai sortii, revin pe drumul cel bun și rezilient în clipa în care, devenind părinți, lumea capătă un nou sens: „Orice muncă mă plictisea și mă gândeam că numai un idiot poate să se lase prins în așa capcană. Astăzi mă

sint fericit și lucrez pentru acest bebeluș care dă sens eforturilor mele. Are nevoie de mine. Acum știu pentru ce mă trezesc dimineața“. Pentru acest tânăr, copilul a jucat rolul catedralei pe care și-o imagina spărgătorul de piatră.

Studiile noastre arată că, dacă lăsăm un adolescent rănit singur cu durerea lui, va crește riscul ca acesta să repete comportamentul care nu favorizează reziliența. Însă putem să ne folosim de perioada sensibilă creată de schimbarea emoțională determinată de apetența sexuală sau de sarcină pentru a-l ajuta ca existența sa să ia o turnură rezilientă. 28% dintre copiii cu probleme își revin „spontan“ pe parcursul adolescenței⁶⁶. Această evoluție, aparent naturală, corespunde de fapt unei întâlniri constructive cu o persoană însemnată din punct de vedere sentimental, sexual sau cultural. Unele grupuri sociale și instituții au acordat atenție factorilor de reziliență și au îmbunătățit considerabil această cifră, ridicând-o la 60%⁶⁷.

Chiar și atunci când adolescența a fost experimentată corect, ne putem întreba dacă efectele rezilienței sunt durabile. Și putem răspunde că, atunci când ne referim la condiția umană, nici un efect nu este definitiv: putem să „luăm“ o gripă, să ne imunizăm împotriva virusului și, anul următor, să fim din nou bolnavi. Putem să facem avere și să ne trezim ruinați. Putem să avem rezultate după ședințe de terapie și peste câțiva ani să ne întoarcem pe canapeaua terapeutului, fiindcă ne confruntăm cu altă problemă. Cei mai mulți dintre determinanții umani nu sunt altceva decât tendințe care ne orientează spre o anumită traiectorie, spre un stil de a relaționa care ne face drumul vieții plăcut sau dureros. La fiecare etapă a existenței se nasc noi surse de viață: după atașamentul primilor ani, apare dorința sexuală de la pubertate. Întemeierea unei familii se produce în același timp cu aventura socială. Și, mai târziu, în cazul bătrânilor, vârsta le permite, în fine, să înțeleagă sensul iubirii, al muncii și al suferinței. Fiecare schimbare trebuie negociată. Încăpățânarea nu există decât atunci când prejudecățile ne împiedică să ne reprezentăm tranzacțiile neîncetate între psihic, realitate și societate.

Acest conflict nu este nou. Timp de milenii s-a crezut că ierarhia socială era justificată de ordinea naturală. Bărbații bogați și sănătoși tronau în vârful piramidei deoarece se credea că erau superiori.

Acești copii nu merită nici apa și nici pâinea pe care le primesc în închisoare

În anii dinaintea războiului, Françoise Dolto a fost printre primii care au afirmat că un copil poate înțelege numeroase lucruri mult înainte de a începe să vorbească. Începând cu anul 1946, Jenny Aubry avea să se ocupe de micuții cu probleme lăsați la secția de Copii asistați social a spitalului Saint-Vincent-de-Paul, care aveau mame bolnave de tuberculoză, delincvente, divorțate sau foarte sărace. La acea vreme, în care la loc de frunte erau teoriile constituționaliste, indivizii erau considerați ca fiind fie corpuri robuste, fie plătând. Infirmierelor li se cerea să-i îngrijească pe copii și să-i hrănească bine, evitând orice relație afectivă. Într-un astfel de context cultural, atașamentul era un concept la care nu se prea gândea nimeni. Acești copii cu trupuri sănătoase, dar a căror afectivitate era ruinată din cauza acestei mentalități colective „[...] bombăneau sau scoteau țipete fără ca vreodată să se privească. Unii rămâneau nemișcați, alții se legăneau, iar unii lingeau barele patului”⁶⁸. 20 de ani mai târziu, numeroasele experimente etologice au demonstrat că afecțiunea este un adevărat instrument biologic, o senzorialitate a gesturilor, a țipetelor, a mimicilor și a cuvintelor din jurul copilului, o hrană afectivă care îi marchează pe cei privați de ea⁶⁹. Atunci apar „[...] simptomele discrete sau evidente pe care le manifestă copilul separat de familia sa și privat de grija maternă”⁷⁰. Lucrările lui René Spitz despre hospitalism, ale lui John Bowlby cu privire la copiii separați de mamă, ale lui Donald Winnicott referitoare la carența afectivă, ale Annei Freud și ale lui Dorothy Burlingham privind orfanii și copiii fără familie au fost predate în toate facultățile de medicină și de psihologie. „Nimic nu este jucat în avans“, spunea încă de pe atunci Jenny Aubry, care o întâlnește pe Anna Freud și lucrase cu John Bowlby, psihanalist, etolog și cel care a impulsionat cercetările asupra rezilienței⁷¹.

Pentru început, au trebuit convinși numeroși reprezentanți din administrația publică și oameni politici de faptul că, în lipsa îngrijirii atente, orfanii care nu au avut parte de afecțiune pot deveni delincvenți sau pot dezvolta un fel de

autism. Și apoi, deodată, cultura a îmbrățișat poate prea mult acest argument, atât de mult încât carența afectivă a devenit explicația tuturor problemelor. 50 de ani după acest moment, unii gânditori fixiști le atribuie încă un destin fatal acestor copii care au pornit în viață cu stângul, stigmatizați de trauma suferită. Cei care judecă astfel se alătură batalionului de politicieni care spun: „Acești copii nu merită nici apa și nici pâinea pe care le primesc în închisoare“⁷².

Nu este ușor să stabilești o relație de tip cauză–efect pe un termen așa de lung. Dacă nu se face nimic, este clar că un grup de copii abandonati va furniza mai mulți delincvenți decât un grup de copii care au pe cineva alături. Însă delincvența își are originea în lipsa de afecțiune sau în anturajul acestor copii abandonati? Michael Rutter a avut ideea de a urmări evoluția unui grup de copii cu probleme cauzate de situația părinților lor, bolnavi mintal, care nu aveau forța să se ocupe de ei. Acești micuți, privați de afecțiune, însă nu de socializare, grație ajutorului social primit de familie, nu au devenit infractori⁷³. Însă stilul lor de atașament, mult alterat de suferința părinților, le-a îngreunat dezvoltarea. Unii au putut evolua cu bine, dar cu prețul unei strategii costisitoare.

„Mi-a fost mult mai greu să suport pierderea dragostei decât loviturile mamei“, îmi spunea Carlotta. „Lipsa ei de atenție în ceea ce mă privea mă făcea să mă simt singură pe lume. Nici măcar nu puteam învăța să mă îmbrac sau să îmi aranjez părul, fiindcă ea nu făcea nici o remarcă.“ O stea încă strălucea în cerul negru al disperării afective a Carlotei: „Aș fi vrut să îl iubesc mai mult pe tata. El se lăsa iubit. Însă nu era acolo. Într-o zi, am spus că mă doare burta, ca să fiu dezmiardată. Tatăl meu se temea să nu am apendicită. M-am bucurat când l-am văzut îngrijorat. I-am lăsat să mă opereze, deși știam că nu am nimic. Aveam opt ani. Astăzi mă sperie profund să fiu iubită în acest fel“.

O constelație fără stele

Când steaua principală dintr-o constelație afectivă se stinge, ca în cazul acestei mame agresive, copilul se agață de orice stea care mai strălucește, însă va dezvolta un stil afectiv special.

Maltratarea dă un reper comportamental ușor de înțeles, cel puțin în cultura franceză. Iar când rana este continuă, înșelătoare, tulburările de atașament nu sunt mai puțin profunde. Agathe povestește: „Mă legănam până amețeam. Nu puteam să mă atașez de bonă, fiindcă mama era geloasă. Se purta frumos la noi acasă, dar când mă ducea la doică era aspră și îmi dădea de înțeles că aș face o mare greșală să mă atașez de aceasta. Am încetat să mă legăn în ziua în care l-a dus la bonă și pe fratele meu, care îmi spunea: «Vom rămâne împreună și ne vom căsători»“. Lumea Agathe se destrămase din cauza unei alegeri imposibile, în care trebuia să se lipsească de afecțiune, pentru a nu-și trăda mama. Această carență afectivă, așa-zis subiectivă, pentru că mama și doica îi iubeau pe ambii copii, își avea originea în psihismul mamei care nu suporta ca fiica ei să iubească pe altcineva. Din fericire, în acest univers în care două stele se stinseseră, fratele a servit drept tutore de reziliență, completând universul intim al Agathe. Această proximitate afectivă explică de ce există mai puține sinucideri în rândul gemenilor și de ce aceia care fac parte dintr-un cuplu trec mai ușor peste greutățile vieții decât celibatarii.

Ceea ce contează este o prezență afectivă. Chiar și tăcută, această prezență este eficientă. De aceea, mulți copii privați de acest lucru se atașează de un animal de companie: „Este câinele meu, care îmi dă o stare de bine. Când sunt nefericit, mă gândesc la el. Îi vorbesc cu orele“. Joëlle era totuși căsătorită de cinci ani, dar prezența familiară a câinelui îi era întipărită în memorie ca o amprentă. Tânăra spunea: „De fiecare dată când sunt tristă, îmi găsesc consolarea lângă el. Un cățel este mai ușor de iubit decât un soț“. De fapt, acorda o atât de mare importanță acestei afecțiuni, încât până și cel mai mic moment de slăbiciune îi provoca o teamă de a-și pierde câinele, care îi răspundea mereu când ea avea nevoie de afecțiune.

„«Băiatul meu!», spuse domnul cel bătrân aplecându-se peste birou; auzindu-se strigat, Oliver tresări. Și nici nu era de mirare, cuvintele care îi fuseseră adresate erau atât de blânde, încât avură darul să-l sperie, așa că începu să tremure vizibil și izbucni în lacrimi.⁷⁴“ Charles Dickens ne arată cum un act de bunătate cu care nu ești obișnuit îți poate provoca frică! Suntem departe de raționamentele simple prin care, observând că o lipsă afectivă cauzează tulburări grave, se conchide imediat, printr-un fel de gândire automată, că ar fi suficient să iubești mai mult pentru a nu mai suferi. Ideea pe care ne-o propune Oliver Twist este foarte diferită. Nuanțele vieții ne sugerează că un copil în mizerie, lipsit de relații afective, muncind zece ore pe zi într-o fabrică de ghetete din Anglia secolului al XIX-lea a simțit o cumplită disperare primind un semn de afecțiune neobișnuită pentru el și de care avea totuși o foarte mare nevoie. Carlotta completează acest concept: „Din momentul în care cineva mă iubește, dau acestui fapt atâta importanță, îmi doresc atât de mult să ofer satisfacție, încât mă neliniștesc profund de teamă să nu dezamăgesc. Atunci îi resping pe cei care țin la mine. Dacă eu nu sunt acceptată, îmi scade frica, iar acest lucru mă face să cred că îmi va fi mai ușor să mor“. Îmi spunea, de fapt, că dragostea o neliniștea puternic, iar lipsa acesteia o împingea ușor către angoasă... către moarte!

În ziua în care un bărbat s-a îndrăgostit de ea, Carlotta a devenit brutală față de el. Apoi s-a simțit groaznic fiindcă l-a făcut nefericit. Nu înțelegea de ce se purta frumos cu mama sa, care o maltratase, dar avea un comportament lamentabil față de cel care dorea atât de mult să o iubească. Nu își iubea mama, dar îl adora pe acest om și totuși, neștiind să-și gestioneze emoțiile, nu era în stare să îi ofere o formă de dragoste care să pună bazele unei relații satisfăcătoare. Atitudinea sa drăgălașă față de mamă nu era decât o strategie de dezarmare a adversarului, iar agresivitatea față de bărbatul pe care îl iubea era o reacție la angoasa provocată de dragoste.

Multe comportamente surprinzătoare sunt de fapt cauzate de stilul de atașament dobândit în copilărie. Jean-Marie scria: „Îi priveam trupul, la urma urmelor încântător... ea îmi șoptea la ureche: «Ah! tu o să mă satisfaci...» A satisface, acest cuvânt mă înspăimânta, fără să îi percep gustul dulce... am plecat în grabă, fără să îmi pese de dezamăgirea ei. Dacă o voi revedea vreodată o să îi cer iertare“⁷⁵. Momentul în care învățăm să trăim rezumă în câteva cuvinte speranța pe care o poartă reziliența. Putem oricând să învățăm

să trăim sau să reînvățăm acest lucru. Mai târziu, „va fi prea târziu⁷⁶“.

Copiii răsfățați

Un copil răsfățat poate să învețe un fel de a iubi care, în timpul adolescenței, va exploda într-un comportament lipsit de logică. Această malformație emoțională este atribuită unei lipse sau unui exces de afecțiune. De altfel, nu putem vorbi despre exces decât atunci când observăm din exterior o relație între un părinte și copilul său. Ca într-un film, îl vedem pe părinte dedicându-se micuțului, gândindu-se doar la el, copleșindu-l cu cadouri și organizându-și viața de adult în funcție de jocurile și de plăcerile celui mic. Însă, atunci când încercăm să ne reprezentăm ceea ce simte copilul, înțelegem că, în lumea lui intimă, a fi iubit în acest mod înseamnă a fi împiedicat să iubească pe altcineva, înseamnă o îngrădire emoțională. Excesul de afecțiune nu este o abundență, din contră, este o închisoare care provoacă un fel de carență. O asemenea stare nu este foarte diferită de deprivarea emoțională pe care o resimt copiii abandonati. Abundența menționată mai sus creează o sărăcire, căci abundența stimulărilor duce la o monotonie senzorială care adoarme sufletul și sufocă dorința. Lipsa de afecțiune disperă și omoară sensul vieții, însă închisoarea afectivă amortește și distruge plăcerea de a explora: „De fiecare dată când mama se purta foarte frumos cu mine, o trimiteam la plimbare, fiindcă felul ei de a mă iubi mă strângea ca o menghină“. Acest mod de a arăta afecțiune sufocă încercarea de a dobândi obiceiurile vieții cotidiene: „Când gravita neîncetat în jurul meu, mă simțeam opresat. Mama mi-a tăiat carnea din mâncare până la vârsta de 14 ani, iar bunica a continuat să facă acest lucru până am împlinit 19 ani. În adolescență, ca să mă simt mai bine, trebuia să le opresc... Nu am reușit, le-am bruscat, iar acum sunt dezamăgite și mă lasă în pace: «În fond, e viața ta», ceea ce mă eliberează, mă face să zbor“.

Atunci când copiii traumatizați visează să devină părinți perfecți, pentru a putea oferi ceea ce ei nu au primit, nu știu că nu există un exemplu mai bun de imperfecțiune decât un părinte perfect. O greșală, o ratare care îl revoltă pe copil îl învață și curajul de a se confrunța cu celălalt. O eroare a părinților îl îndreaptă spre autonomie: „De acum, eu sunt cel care se va ocupa de

persoana mea, pentru că mama se înșală. Părinții aveau pentru mine o afecțiune exagerată. Mă adorau. Aș fi preferat să mă iubească. Aș fi vrut să fiu prost-crescut, certat un pic, acest lucru mi-ar fi permis o revoltă. În schimb, fiecare zi a mea era insipidă, pentru că mama și tata făceau orice pentru mine“.

Când un copil supraviețuiește într-un mediu fără afecțiune, devine singurul obiect exterior al lui însuși. Pentru că nu există alteritate, nu există nici exterior, nici interior, iar el se dezvoltă centrându-se pe propriul sine. A iubi pe altcineva înseamnă pentru el „angoasa necunoscutului“. Atunci când, din contră, un copil primește din belșug de toate într-un mediu de abundență afectivă, el învață, de asemenea, să devină centrul lumii sale, pentru că nu are nevoie să cunoască spațiul interior al celorlalți. Nici aici nu există alteritate, prin urmare nu există subiect. Pentru el, afecțiunea înseamnă „o temniță a cunoscutului“ și „indiferență față de necunoscut“. Un asemenea instrument afectiv ucide dorința.

Aceste două impasuri afective, aparent opuse, care provin totuși, amândouă, din sărăcire, ne fac să ne întrebăm ce îi învață aceste moduri de a-ți arăta afecțiunea pe cei care sunt iubiți în acest fel. Copiii aflați în izolare afectivă ajung mereu să-și intensifice comportamentele autocentrate (legănare, autorănire, masturbare). Se adaptează la privațiuni și, devenind indiferenți, suferă mai puțin. O simplă prezență non-verbală, suficient de stabilă încât să devină familiară, le poate schimba modul în care își exprimă emoțiile. Copiii încep să vibreze din nou și să se deschidă către ceilalți, uneori chiar cu o intensitate excesivă de furie sau de atașament angoasat⁷⁷. Implicându-se profund în orice relație cu substituții lor parentali, apoi, mai târziu, cu prietenii lor, cu partenerul de viață și cu propriii copii, pot lucra la propria reziliență. Această febră afectivă îi induce celuilalt o senzație aparte care îl exasperează deseori, dar care poate să-i și placă, funcționând precum un tutore de reziliență.

Cei care au fost prizonierii afectului, dezvoltându-se printr-o supraîncărcare afectivă, devin, la rândul lor, centrați pe sine, pentru că nu simt nevoia să investească în altcineva. Pentru ei, trauma nu este vizibilă. Nimic nu este dărmător, pentru că nu au construit nimic. Este echivalentul unei căderi traumatice, dar fără cădere. Când cei care nu au primit iubire spun: „Nu mi s-

a oferit nimic și, în ciuda acestor lipsuri, am ajuns să mă adun un pic“, încercă un sentiment de mică victorie, un început de reziliență. Dar când, sufocați de dragoste, gândesc: „Nu am fost pregătit pentru viață... Mi s-au oferit de toate și nu am realizat nimic...“, se subestimează și nu pot scăpa de această senzație decât atacându-i pe cei care le sunt aproape. Reziliența nu este ușoară pentru ei, căci agresorul consacrat nu va fi identificat decât mai târziu, în adolescență. Neștiind pe cine să înfrunte, se apără mai prost și nu vor ajunge să se individualizeze decât prin contradicere.

Curioasa libertate a nou-născuților adulți

78

Lipsa afecțiunii anunță o manieră de a iubi care poate evolua sub efectul întâlnirilor, în vreme ce sufocarea afectivă imprimă o tendință relațională ce pare mai durabilă. Părinți vulnerabili atașați prea mult de copiii lor cresc copii bătrâni, care vor deveni părinții părinților lor⁷⁹. Dar când o afectivitate așa-zis abundentă îl îngrădește pe un copil, aceasta reprezintă un simptom de vulnerabilitate parentală ce produce un alt tip de dezvoltare și creează un nou-născut adult⁸⁰. Se pare că lumea noastră modernă, tehnică și, în același timp, psihologică induce astfel de evoluții, relativizând identificarea cu modele parentale și organizând familii și societăți cu atașamente multiple și distruse. Tehnologia care le permite părinților să lucreze la distanță și care favorizează atașamente scurte și variate suprimă raporturile de la persoană la persoană și nu le mai permite adulților să-și lase amprenta în memoria micuților. Acești nou-născuți adulți, favorizați din punct de vedere social și material, rămân fermecători, avizi, pasivi și temători, alternând bucuria biberonului cu furia frustrării. Situația este diferită de aceea a unui sistem cu atașamente multiple, în care legăturile, destul de durabile, se imprimă în memoria copiilor. În închisoarea afectivă, o singură relație permanentă îl amorțește pe micuț și îl izolează de lume, în timp ce, într-o pustietate emoțională, acesta primește din când în când o amprentă mică și călduroasă. Aceste două sisteme sunt apropiate: copilul poate doar culege de aici, de acolo câteva mostre de afecțiune.

Ca în orice carență, odată cu ivirea apetenței sexuale, acești adolescenți sunt împinși spre întâlnire, însă le este teamă ca nu cumva să devină dependenți de cei care vor din toată inima să îi iubească.

John Bowlby a fost printre primii care au încercat să înțeleagă această problemă paradoxală: copiii aceștia tratați ca „buricul pământului“ se dezvoltă precum niște suferinzi afectiv și ajung la vârsta la care pot forma un

cuplu supunându-se partenerului. Psihanalistul englez citează studiul⁸¹ unui grup restrâns de 26 de copii în vârstă de șase ani, atât de anxioși, încât nu se puteau detașa de mamele lor. Unii adulți interpretează aceste comportamente ca pe niște dovezi de dragoste: „Doamne, ce mult își iubește mititelul mama“. Alții se neliniștesc: „Mereu agățat de fusta mamei...“ Șase dintre acești copii dependenți afectiv proveneau din familii stabile, în care mama „era în stare de orice pentru copil“. 14 veneau din familii instabile, în care copilul era purtat, ca o minge de ping-pong, de la mamă la bunică, la vecini, la prieteni și la tutori. 11 dintre cei 14 dobândiseră un atașament angoasat și se aflau în cvasi-imposibilitatea de a lega o relație⁸². 17 copii din 26 aveau un mod de a iubi dependent, fie din cauză că erau izolați, fiind sufocați afectiv (6/26), fie pentru că erau împiedicați să iubească, fiind victime ale unui tip de atașament episodic (11/26), situație favorizată de sistemul nostru social actual. Monitorizându-i până la adolescență pe acești micuți care nu putuseră dobândi atașamentul securizant care să le dea voie să iubească fără să își piardă identitatea, cercetătorii au constatat că legau același tip de relație cu colegii sau cu prima dragoste: „E minunat. Știe totul mai bine decât mine. Nu pot decât să mă iau după el“. Acești adolescenți temători nu reușeau să treacă peste neliniștea incestuoasă decât supunându-se unui tovarăș sau unui amant! Aveau senzația că vor putea fi independenți ascultând de un prieten, cu scopul de a-și părăsi familia de origine. Obișnuiau să se subestimeze: „Nu mă simt în siguranță decât cu cineva pentru care simt dragoste și ale cărui comportamente și valori ideologice le voi îmbrățișa, pentru a fi aproape de el/ea“. Toți tinerii care au „ales“ această stranie independență fuseseră copii care suferiseră de teama de a pierde⁸³, de parcă ar fi gândit: „Supunându-mă, rămân aproape de cel/cea pe care îl/o iubesc. Mă simt protejat/ă și pot să plec de la părinți fără să trec prin angoasa de a mă regăsi singur/ă într-o pustietate emoțională“. Libertatea dobândită prin supunere, acesta este paradoxul nou-născuților adulți. Acest lucru explică, poate, bizara alegere a acestor tineri bine-crescuți, bine îngrijiți de către părinți generoși și care, deodată, decid să devină parte dintr-o biserică fundamentalistă sau să intre într-un partid extremist. Ei afirmă: „Este alegerea mea să port vălul“, de parcă ar spune: „E libertatea mea de decizie să intru la închisoare“. Puțini dintre acești adolescenți au trecut prin separări reale, pierderi repetate sau doliuri continue. Însă cei mai mulți au avut o copilărie frumoasă, care i-a împiedicat să se individualizeze. Așa au descoperit surogatul vălului sau al sloganului extrem, care i-a angajat social și le-a permis să se rupă de familia lor de origine,

rămânând totuși într-un grup social apropiat. Acești adolescenți, protejați de o atașare anxioasă, nu pot lupta contra incestului decât printr-o decizie exagerată: datorită supunerii lor, cineva este mereu aproape de ei.

Persoana cu probleme afective se subordonează pentru a rămâne în contact cu cel/cea de care vrea să fie iubită. Iar cel/cea care a cunoscut „abundența“ afectivă încearcă să se supună unui atașament exterior căminului său pentru a scăpa de angoasa incestului, evitând, în același timp, neliniștea necunoscutului.

Freud, în teoria sa cu privire la copiii răsfățați, vorbea despre „părinți nevropați care, cum se știe, sunt înclinați spre o tandrețe fără măsură, care deșteaptă prin mângâierile lor predispozițiile copilului spre nevroze“⁸⁴. Prin urmare, nu este vorba despre un exces de afecțiune parentală, ci de dezvoltarea inconștientă a unei angoase a pierderii. Ceva se transmite în realitatea înșelătoare a faptelor cotidiene. Fie că este vorba despre o pierdere reală – prin moarte, boală, îndepărtare –, fie despre un atașament exagerat pentru a compensa, în ambele cazuri aparent opuse, această alterare a modului de a iubi provoacă o sărăcire a realului senzorial. „Cum“ se manifestau părinții, modul lor de a atinge, de a zâmbi, de a atrage sau de a respinge îi modelează dezvoltarea copilului mai mult decât „de ce-ul“ care a adus izolarea și fuziunea afectivă. Mai multe „de ce-uri“ contradictorii provoacă un același „cum“: „Mi-e rușine să îmi detest copilul, așa că mă voi ocupa de el peste măsură“ formează același univers senzorial ca: „Mă simt bine doar atunci când am grijă de copilul meu“ sau ca: „Îi voi oferi totul, pentru că eu nu am primit nimic“. În toate aceste cazuri, lumea simțurilor care dirijează evoluția copilului este alterată.

Pentru a reîncepe un proces de reziliență în cazul acestor copii distruși de o traumă neobișnuită, trebuie acționat atât asupra lor, cât și asupra anturajului lor. E nevoie ca mama să fie echilibrată, astfel încât să poată folosi o altă unealtă decât copilul pentru a se liniști. De cele mai multe ori trebuie implicat soțul, permițându-i mamei să descopere că și el este o persoană și să-i ceară bărbatului să participe la treburile de zi cu zi, astfel încât să poată îmbogăți sensibilitatea și să deschidă închisoarea afectivă. „Prin urmare, pot fi mari speranțe în această privință, nu doar în a-i ajuta pe cei care au crescut în nesiguranță, ci și în a face în așa fel încât acest lucru să nu fie transmis și

altora“, scribe John Bowlby⁸⁵.

Copiii fac legea

Or, când tehnologia modifică cultura, cum este pe cale să se întâmple în întreaga lume, presiunile culturale nu mai structurează familiile în aceeași manieră. Moartea lui pater familias provoacă o inversiune a obligației în viață. Nu mai este copilul cel care le datorează părinților viața sa, ci, din contră, el este cel care dă sens cuplului parental. Nu mai este tatăl cel care spune ceea ce este interzis, ci pruncul⁸⁶. Prin simplul fapt că a venit pe lume, le interzice părinților săi să se despartă sau, mai degrabă, le ordonă să facă un efort pentru a rămâne împreună. Cu două generații în urmă, femeile doreau să le dăruiască un urmaș soților lor. Astăzi ele vor să dea un tată copilului lor. În jurul copilului încep să învârtă valorile familiale. Această „pasiune pentru copilărie“ care organizează mediile afective ale copiilor americani și care a început să se vadă și în Europa zămislește nou-născuți adulți care suferă de un narcisism disproporțional: „De-acum încolo, el este cel care dictează⁸⁷“.

„Copilul, prins într-o scindare imposibilă, constrâns să i se facă pe plac, adică închis într-o intolerabilă datorie pentru a-și testa independența față de și contra unor părinți care s-au comportat ireproșabil, nu va putea să arate că este diferit decât printr-un refuz violent.⁸⁸“ Această agresivitate duce uneori la situații îngrozitoare, dar revelatoare pentru o cultură care, dorind să suprimă toate încercările unei dezvoltări normale, îl privează pe copil de sentimentul de victorie și aplică familiei o pedeapsă echivalentă unui dezastru afectiv: mă refer la părinții bătuți.

„Acum zece ani, când am descoperit cu stupeoare adulți reduși la tăcere de amenințările și de loviturile propriilor copii, mărturia noastră s-a izbit de scepticismul colegilor și de neîncrederea publicului.⁸⁹“ Această îndoială este regula celor care nu știu să vadă decât ceea ce este povestit în relatările publice. Sistemul nostru școlar încurajează acest mod de a te servi de propria inteligență, promovându-i pe cei care știu să declame. Ceea ce există în realitate, dar nu și în reprezentarea acesteia nu poate fi închipuit de către acești elevi silitori care nu văd decât ceea ce cunosc. Fantomelor din lagărele morții le-a fost greu să spună ce se petrecuse⁹⁰; Michel Manciaux povestește

cum membrii Academiei de Medicină au avut dubii legate de realitatea cazurilor de copii maltratați; Marceline Gabel și judecătorul Rosensveig dezvăluie disputele pe care le-au avut cu nume mari ale psihanalizei care susțineau că incestul nu există cu adevărat, ci este, pur și simplu, realizarea imaginară a unei dorințe.

Pe parcursul unei singure generații, fenomenul părinților bătuți a devenit global. În SUA, 25% dintre apelurile telefonice adresate asociațiilor care luptă împotriva maltratării sunt ale părinților agresați. În Franța și în Québec această cifră, foarte ridicată, indică realitatea faptului că, deși este greu să vorbești despre subiectul în sine, victimele simt nevoia să sune după ajutor, însă refuză adesea să meargă la poliție să depună plângere împotriva propriilor copii. Primii care au tras un semnal de alarmă în privința acestei probleme au fost japonezii: „[...] băieți și fete, la vârsta adolescenței, devin [...] de nestăpânit”⁹¹. Un copil tandru, elev bun, conformist, al cărui stil de atașament pare liniștit, devine dintr-odată violent, în urma unui incident familial minor. Își lovește mama, cere cadouri costisitoare și vrea ca toată lumea să îi facă pe plac: „[...] Nu te uita la mine când îmi dai să mănânci... Așază-te în genunchi când vin de la școală“. Acest comportament extrem alternează „adesea cu regresii infantile, plânsete... pretenții de a fi hrănit cu lichide“. Creșterea, în Japonia, a numărului acestor nou-născuți uriași s-ar explica prin intensitatea perturbării socioculturale care a transformat structurile familiale și l-a suprainvestit pe copil, adorat în familie și terorizat la școală. Tehnologia le dă femeilor mai mult timp liber și mai multă putere, iar soțul lucrează mai mult, pentru a câștiga mai mulți bani, ca să asigure familiei mai mult lux și confort⁹². Agitația tehnologică și modificarea moravurilor l-au înconjurat pe „marele-mic“ cu un model care îl face să ignore faptul că tatăl său muncește pentru el și să creadă că mama sa își petrece timpul distrându-se.

Același fenomen a avut loc și în China, unde legea copilului unic a metamorfozat – începând cu generația următoare – dezvoltarea copiilor drăgălași, făcând din ei tirani domestici foarte nefericiți. Într-o singură generație, numărul băieților hiperactivi a crescut incredibil de mult, epuizându-i pe cei din jurul lor. Copiii au devenit obezi și au început să manifeste tendințe suicidare, descurajați de absența unui scop în viața lor⁹³.

Când dragostea justifică orice

De obicei, frații și surorile stabilesc între ei metode puternice care să îi învețe să își limiteze exprimarea dorințelor. Însă un copil unic sau răsfățat pierde această inițiere în inhibiție⁹⁴. Când tatăl este absent, decedat sau muncește foarte mult, când mama hotărăște să își dedice viața copilului său mare, ritualurile cotidiene care îl învață de obicei pe copil că nu chiar orice este permis nu mai există. Acțiunea nu mai reprezintă pregătirea unui proiect, ci devine o satisfacere imediată. A mânca, a dormi, a se bucura de plăcerile vieții, a lovi umplu mai departe lumea mentală a unui adolescent al cărui mediu a suprimat învățăturile inhibitoare.

Acest fenomen apare de regulă la generația care urmează unei schimbări tehnice și culturale. Cifrele nu sunt încă exacte, pentru că depind în parte de determinarea caracteristicilor conceptului, însă, per ansamblu, sunt evaluate la 5–16% în SUA⁹⁵, 4% în Japonia⁹⁶ și 0,6% în Franța⁹⁷.

Adunând observațiile noastre răzlețe, am ajuns să constituim o cohortă de mai bine de 100 de părinți bătuți de copiii lor adolescenți⁹⁸. Am decis să nu includem în acest studiu părinții agresați de către un copil psihotic, în cazul căruia imaginea paternă este incertă, nici părinții în vârstă maltratați de către copiii lor adulți, nici matricidele sau paricidele, în care actul violent nu mai are ocazia de a se repeta.

În ceea ce-i privește pe cei care agresează, fetele au obținut performanțe aproape egale cu cele ale băieților (40% și 60%), părere cu care o echipă din Grenoble⁹⁹ nu este de acord, aceasta afirmând că băieții au un procent de trei ori mai mare. 60% dintre adolescenții agresivi au trecut examenul de bacalaureat, 50% au urmat studii superioare, iar 5% au devenit profesori universitari. Cea mai mare parte dintre acești tineri violenți, după câțiva ani de infern, au fost îndepărtați de familie în internate, garsoniere închiriate sau la prieteni de familie.

Regăsim aici foarte puțini copii adoptați. Rarii bătauși înfiați avuseseră o dezvoltare afectivă comparabilă cu a celor care au fost crescuți de familii biologice. Aproape toți fuseseră ascultători anxioși înainte de a se transforma în adolescenți inconștienți de nevoile lor inumane: „[...] insuportabili în familie și adorabili în afara ei... până la violență fizică în familie și, în cazul în care erau pedepsiți de către părinți, se plâneau că sunt maltratați...¹⁰⁰” Prin urmare, nu adopția este cea care face diferența, ci dezvoltarea unui copil care se conformează prin anxietate și care devine un adolescent tiranic, fără să-și dea seama.

Părinții bătuți sunt foarte în vârstă. Aproape toți au un nivel social ridicat, mulți dintre ei fiind juriști (30%), urmați de medici și de psihologi (20%). Practic, toți părinții agresati erau educați și își anunțaseră intenția de a-și crește copilul într-o manieră democratică¹⁰¹. Am găsit 20% dintre femei singure, ceea ce este mult, în vreme ce echipa lui Chartier a consemnat 60%. Variația procentului depinde de locul din care se culege informația: într-un cabinet privat vin mai ușor cuplurile de părinți, în timp ce într-un centru pentru adolescenți dificili găsești mai multe mame singure, care, dezamăgite de sine și de societate, sunt mai dispuse să răspundă unui chestionar.

Amara libertate. Comedie în trei acte

Când o femeie aduce pe lume un copil, primele „100 de zile de nebunie maternă“ despre care vorbește Winnicott reprezintă un moment de captură reciprocă, în care fiecare „îl descoperă pe celălalt“ foarte rapid, așa de sensibilă este legătura. Din acest moment, sistemul familial împiedică postarea celui mic în captivitate afectivă, grație prezenței unui terț – tatăl sau bunica. Mai târziu vor interveni creșa, școala și cartierul, apoi, la tinerețe, universitatea sau serviciul. O mamă așa-zis „singură“ poate să nu fie solitară dacă soarta i-a adus un alt bărbat, o bunică, prieteni și chiar organizații. O astfel de mamă singură nu se închide ca într-o închisoare cu bebelușul ei, iar această familie monoparentală nu este toxică.

Din contră, o familie parentală poate constitui un cămin închis, fără obiceiuri, fără invitații amicale, fără urmă de aventură socială, cum se poate observa adesea în familiile cu o dinamică incestuoasă. Chiar și atunci când nu există activități în afara legii, o astfel de proximitate corporală și afectivă creează o atmosferă de incest, o ambianță vinovată din care tânărul încearcă să se smulgă prin ură sau prin violență fizică.

Nici unul dintre adolescenții agresivi pe care i-am întâlnit nu avusese ocazia să experimenteze acest efect separator. Ajunși la vârsta apetenței sexuale, trăiau într-o lume structurată surprinzător, în care aveau de făcut o alegere insuportabilă, între un mediu familial care îi proteja până la sufocare și o acțiune socială îndrăzneată, care îi înspăimânta până la paralizie anxioasă. Contrar stereotipului cultural care afirmă că un copil maltratat își va lovi la rândul său copiii, un număr semnificativ dintre părinții care sunt mult prea permisivi și care abundă în dragoste față de copiii lor au fost ei înșiși, la vremea lor, agresați (58%). Un atare cuplu parental, sufocându-și copilul din cauza propriei istorii dureroase, construiește, fără să vrea, o închisoare afectivă!

Ivirea dorinței sexuale îi obligă pe tineri să își părăsească părinții, cu riscul de

a trăi angoase îngrozitoare. Însă atunci când, în jurul mamelor, cultura a favorizat prezența unui tată, a unei familii, a unui cartier și a unei societăți, cu scopul de a-i oferi distanță adolescentului și de a-l invita să își urmeze propriul drum evolutiv, pentru a încerca să trăiască o aventură în afara familiei sale de origine, închisoarea afectivă nu are nici o șansă să se formeze. Astfel, separat și individualizat, tânărul poate să își iubească liniștit mama mai departe, cu un atașament lipsit de dorință sexuală, învățând în același timp să iubească și o altă femeie, în alt fel. Același traseu este valabil și pentru adolescența care, datorită acestui proces de îndepărtare, de separare și dezvoltare a propriei identități, nu va avea de ce să se gândească la faptul că tatăl ei ar dori-o sau că mama sa nu i-ar permite să iubească pe altcineva.

Atunci când trecutul părinților sau contextul social îi pune în poziția de a construi un spațiu afectiv închis, efectul separator se sprijină pe ură. Uneori mama este eroică, iar tatăl, sacrificat. Acest mecanism de captură afectivă împiedică orice fel de eliberare și fabrică un cocon sufocant, înconjurat de un mediu amenințător. Într-o astfel de situație, adolescentul se refugiază în atmosfera înăbușitoare de acasă, pentru că de jur împrejur totul este pustiu și sperie. Prins în cușca lui aurită, nu poate să simtă lipsa și să o umple cu visuri, cu aspirații și cu dorințe. Acest gen de realitate ucide speranța. Plăcerea de a trăi și curajul de a se lupta nu mai prezintă nici un interes. Prin urmare, când tânărul ajunge la vârsta sexualității, blocat în trecut și fără speranțe de viitor, pentru el părinții sunt cei care au contribuit la decepție, așa că le reproșează: „Nu m-ați pregătit pentru viață, ați făcut din mine un neputincios“. Nou-născutul adult, oferit lumii de cultura noastră tehnologizată și de idealizarea copilăriei, ajunge un tiran în mediul domestic și un supus în societate. Iubirea morbidă a părinților săi a avut ca efect o relație de dependență, iar această manieră de a iubi a provocat în el un paradox emoțional: „Oferindu-mi totul pe tavă, părinții mei mă angoasează. Ei sunt cei care știu să trăiască. Eu nu știu altceva decât să primesc“.

Honorine îmi explica faptul că dorința mamei sale de a fi impecabilă a născut în ea ura, după relația de iubire din primii ani: „Îmi pregătea un bol de mâncare dimineața, iar seara, înainte de culcare, îmi puneă pijamaua pe cuptor, să fie caldă. Așteptam totul mură-n gură de la ea. O adoram. Deodată, la 12 ani, am început să nu o mai suport. Eram slabă la ortografie, ceea ce era vina mamei, pentru că așteptam totul de la ea, trebuia să aducă un profesor să

mă mediteze și nu a făcut-o. Din cauza ei nu eram pregătită“. Și José a cunoscut această schimbare de sentimente, de la dragoste la ură: „Mama era trup și suflet pentru mine. Eu eram mereu contra ei. La 12 ani, am avut senzația că este intruzivă: «Deja ți-a crescut păr pe corp!» Intrând în sexualitatea mea, mi-a provocat repulsie. A trebuit să o resping. Ea mă iubea în continuare, însă din acea zi a început să mă sufoce, mă angoasa, era infernul emoțional. Ar fi trebuit să moară, ca să nu mai fie nevoie s-o urăsc“. 20 de ani mai târziu, Honorine și José au descoperit că acest comportament inoportun al părinților lor era consecința trecutului acestora: „Nu știam nici măcar faptul că mama a fost maltrată“, mi-a spus Honorine, în vreme ce José îmi explica: „Nu-mi cunoșteam părinții. Nu știam cine sunt. Nu-mi păsa ce cred ei despre viață. La vârsta de 25 de ani, am aflat întâmplător că mama își pierduse familia în timpul războiului civil din Spania, că fusese băgată în închisoare, copil fiind, și a trebuit să fugă, să fie spălătoreasă ca să-și plătească studiile. Dorea atât de mult ca eu să fiu fericit, încât nu mi-a spus niciodată prin ce a trecut. Dacă mi-ar fi povestit, aș fi iubit-o altfel. Vrând din răspuț să mă protejeze, mi-a ascuns tot, ceea ce mai mult a înrăutățit lucrurile“, a adăugat el, rămas șocat din cauza acestei ignoranțe.

Ca în teatrul clasic, comedia închisorii afective se joacă în trei acte. După idila din actul I, care provoacă un sentimentalism dulceag cu care te identifiți, infernul amoros al actului al doilea aduce în scenă tentativa violentă și disperată a independenței. Amara libertate se joacă în actul al treilea, când mama spune: „Într-o zi, fata mea m-a pocnit, a doua zi am mers și mi-am cumpărat niște bijuterii, eu, care îmi petrecusem 15 ani din viață adunând fiecare bănuț pentru ea“. O mamă suspină: „În ziua în care fiica mea m-a palmuit, am simțit că ceva se stinge în mine... Tocmai refuzasem o promovare la serviciu, un post de director comercial în alt oraș, doar pentru ca ea să nu fie nevoită să își schimbe clubul de dans. M-am simțit eliberată și îngrozitor de tristă“.

Închisorile inimii

Previziunile sociale referitoare la adolescenții agresivi sunt specifice. Deseori se angajează în meserii unde legea structurează violența: juriști, polițiști sau recuperatori de datorii. Acești tirani domestici, care au fost copii ascultători, se liniștesc devenind adulți care se integrează într-un sistem ale cărui valori le acceptă în integralitate – o altă formă de supunere, căci aderă fără cea mai mică critică privitoare la discursuri, la reprezentare, la regula jocului care le permite să își găsească loc într-un sistem ierarhic. Chiar și atunci când se pretind a fi revoluționari sau teroriști, dau ascultare unei narațiuni culturale pe care o învață pe de rost, cuvânt cu cuvânt, evitând să depună vreun efort de gândire, lucru care le-ar oferi libertatea de a avea dubii. După ce au fost ținuti într-o închisoare afectivă în copilărie, se supun de bunăvoie unei narațiuni pe care o îmbrățișează cu ușurare, fiindcă închisoarea, fie ea afectivă sau verbală, le oferă siguranță, iar siguranța aduce după sine certitudini.

După ce au fost lăsați să facă orice într-un cămin prea dedicat, se supun unei reprezentări sociale care pretinde că poate rezolva toate problemele în locul oamenilor. Violența în familie a reprezentat o tentativă de autonomie care le-a permis să lupte împotriva angoasei incestuoase. Însă, imediat ce riscul a fost depășit, acești tineri, care s-au aflat până atunci sub imperiul dragostei părintești, se mulează pe cultura înconjurătoare. O astfel de evoluție ilustrează antireziliența, de vreme ce tânărul astfel crescut nici nu își recapătă libertatea, nici nu câștigă vreun alt tip de dezvoltare. Acest destin crud, în care subiectul repetă ceea ce a învățat, ne ajută să înțelegem că o traumă, simplu de identificat și de înțeles, validează mai ușor factori care vor duce la reziliență, față de o traumă înșelătoare întipărită în memorie, care este o formă de ucenicie inconștientă și care, inhibând evoluția, împiedică reziliența.

„Dintre cei 50 de tineri care, la adolescență, au intrat într-o etapă de opoziție, de revoltă, de contestare sistematică, 20 au știut cum să evite căderea în comiterea infracțiunilor, inacceptabile social... Apoi s-au maturizat, au descoperit calea spre un serviciu, spre viața de cuplu... Au uitat de câtă

revoltă și agresivitate au dat dovadă... afirmând că totul s-a petrecut bine... și sunt indignați de lipsa de educație a tinerilor din jurul lor!¹⁰²“

Aceștia sunt cei care și-au transformat relațiile într-un proces de reziliență, în timp ce tinerii care au fost închiși într-o carceră de aur – cum spune Michel Lemay – au continuat să se supună, devenind puternici într-un proces de non-reziliență. Traectoria familială și socială a lui Adolf Hitler ilustrează traseul acestor supuși tiranici.

Ceea ce caracterizează primele stadii ale construcției personalității lui Adolf Hitler este învălmășeala originilor sale. Bunicul său, Nepomuk, era și bunicul mamei sale, Klara¹⁰³. Alois, tatăl său, vameș respectat, avusese o viață privată lipsită de ordine, cu trei neveste, dintre care una era mai bogată și mai în vârstă decât el, iar celelalte două aveau aceleași vârste precum fiica sa. Pentru ca Alois să o poată lua în căsătorie pe Klara, a fost nevoie de o dispensă, fiindcă cei doi erau rude. „Multă vreme după uniune, Klara nu se putea dezvăța de obiceiul de a-i spune «unchi».¹⁰⁴“ Această încâlceală a structurilor parentale, această „genealogie incestuoasă¹⁰⁵“ crease probabil în mintea copilului Adolf o reprezentare confuză și defectuoasă a persoanei sale.

Căminul primilor săi ani de viață era scaldat în durerea provocată de moartea copiilor. Adolf, al patrulea, a fost și primul dintre pruncii Klarei care a supraviețuit. După el, moartea a mai luat un micuț. Alois îi trata cu brutalitate pe Klara și pe copii, însă nu stătea prea mult pe acasă, familia nefiind o prioritate pentru acesta. Singura bucurie a Klarei a fost Adolf, pe care l-a copleșit cu afecțiune: „[...] afecțiunea și devotamentul protector și sufocant cu care îi înconjură pe supraviețuitori, Adolf și Paula [...]“¹⁰⁶, se alătura dragostei pe care le-o purta și Johanna, sora mai mică a Klarei, rezultatul fiind o protejare exagerată a „copilului foarte răsfățat al mamei“¹⁰⁷. Medicul evreu al familiei, Eduard Bloch, mărturisește: „Dragostea lui față de mamă atrăgea atenția [...] nu am văzut vreodată atașament mai puternic“. Mai târziu, în Mein Kampf, Hitler scria: „L-am respectat pe tata, dar pe mama am iubit-o¹⁰⁸“. În momentul în care a dispărut în buncărul său, avea cu el o poză a Klarei.

În perioada adolescenței, „această dureroasă trecere“ către autonomie a lui Adolf a fost atât de dificilă, încât dascălii se mirau de drumurile lungi pe care le făcea în fiecare zi între colegiul din Leonding și orașul Linz, pentru a nu

sta prea mult timp departe de mama sa: „Copilul fericit și ludic din școala primară s-a transformat într-un adolescent trândav, trist, rebel, posac și nehotărât [...]”¹⁰⁹, „purtarea sa trăda în mod clar semne de imaturitate”¹¹⁰, scrie Ian Kershaw, istoric autorizat să studieze arhivele din Berlin și care prin aceste cuvinte descria tocmai un nou-născut adult.

Să ne imaginăm că Adolf, adolescent pasiv, care devine deodată dinamic, ar fi trăit în Africa, unde un băiat de 14 ani trebuie să se integreze în grupul său dovedindu-și curajul fizic, sau în rândul inuiților, unde ar fi trebuit să vâneze și să pescuiască pe gheață, apoi să inventeze jocuri pentru a socializa. Să presupunem că ar fi sosit în Franța, printre copiii emigranților italieni și polonezi ai anilor 1930, unde, de la vârsta de 12 ani, un băiat trebuia să coboare în mină, știind că va vedea rar lumina soarelui; în astfel de comunități care le cereau imperios tinerilor o abnegație fizică extremă și o măiestrie a cultivării relației, Adolf adolescent nu ar fi prezentat nici o valoare, pentru că nu ar fi căpătat nici o semnificație socială. Dar, într-un context istoric în care mișcarea pangermanistă organiza grupuri sociale unite de dispreț și de sarcasme, acest băiat mare „apatic și obraznic” a fost primit cu brațele deschise, pentru că a devenit purtătorul de cuvânt al unei culturi a aroganței. Înflorirea tânărului Adolf într-un asemenea context social-istoric pune sub semnul întrebării idealul de sine pe care fiecare cultură îl propune tinerilor, valorile pe care le încurajează și care privilegiază personalitățile cele mai submisive în ceea ce privește acest discurs social.

A repeta sau a te elibera

Această reflecție asupra slăbiciunii ilustrează fenomenul repetării pe care îl constată psihanaliztii. Invers, procesul de reziliență constă în a nu te supune discursurilor contextelor familiale, instituționale sau culturale care profetesc dezastrul: „După tot ceea ce i s-a întâmplat, e distrus pe viață... Nu are familie, cum vrei să aibă studii... A fost violată, așa că nu poate deveni decât frigidă sau prostituată...”

Totuși, începând cu anii 1940, psihanaliztii au remarcat fenomenul repetiției nevrotice stăpânite de trecut și efortul de dezobișnuire, care permite eliberarea din această capcană. Compulsia repetării este o constatare clinică frecventă, în care anumite persoane reproduc încontinuu situația care le face să sufere, de parcă o forță le împinge spre acest proces illogic: „Se reîntoarce la gașca în care va fi din nou agresată sexual... A suferit, fiind maltratat, iar astăzi admite că este un tată violent...” Freud, care a revelat acest fenomen, vorbea despre procesul incoercibil, de origine inconștientă, care nu poate fi explicat cu ajutorul principiului plăcerii, pentru că această căutare a nefericirii se află în slujba morții: „[...] violență absurdă a repetiției în nevrozele traumatiche”¹¹¹. Se constată, într-adevăr, că după o întâmplare perturbatoare, unele persoane nu mai reușesc să-și rezolve problemele de zi cu zi, pentru că nu mai știu de ce sunt capabile, nici în ce fel trebuie să se organizeze. Copleșite, nu ajung să mai facă față situațiilor pe care viața le scoate în cale. Trauma psihică se caracterizează printr-o permanență a imaginilor de groază care, ziua, umplu conștiința, iar noaptea revin sub formă de coșmaruri. Timpul se oprește, pentru că cel vătămat simte teroarea fără încetare, „de parcă aceasta tocmai s-a petrecut”. Iar persoana, fără să vrea, repetă și face exact ceea ce a făcut-o să sufere, cel care a fost agresat devine agresor, umilitul provoacă umilința. De cele mai multe ori, această traumă psihică se estompează atunci când cel care suferă își reia locul în familie sau în grupul social din care face parte. Dar, într-un număr variabil de cazuri, persistă și otrăvește existența. Suferința pe care o aduce cu sine îmbracă forme diverse, mergând de la „banala” depresie, cu lipsă de interes pentru

viață, tristețea dureroasă, tulburări ale somnului, vulnerabilitate la infecții până la apariția unei dependențe sau la retrăirea unei întâmplări sfâșietoare care se impune, fără încetare, în conștiință. Cifrele variază în funcție de momentul chestionării, de locul și de metoda de strângere a declarațiilor. Aflăm astfel că cei care suferă vorbesc despre problemele lor mult mai ușor la telefon decât în cadrul unei întâlniri față în față¹¹² sau, pur și simplu, vor să salveze aparențele. Per ansamblu, în mod obișnuit se constată că, la șase luni după o traumă, 10% dintre cei care au trăit acest lucru suferă o traumă psihică (6% dintre bărbați și 13% dintre femei). Această patologie ocupă locul al patrulea în clasamentul tuturor suferințelor psihice.

Explicația acestui fenomen depinde de formația intelectuală a practicienilor. Psihanaliștii nu se simt confortabil cu noțiunea de dorință a morții¹¹³. Freud pretindea că acest concept merge dincolo de principiul plăcerii, acolo unde refulatul se întoarce în vise, în simptome și în manifestări. Este posibil ca acest argument să corespundă de fapt unei configurări teoretice în cuvinte a unei perioade foarte dureroase din viața lui Freud. Nu avusese niciodată până atunci atâtea nereușite terapeutice și avea îndoieli în privința propriei practici profesionale¹¹⁴. Recidivele pacienților săi distrugau complet efectul curativ al interpretărilor sale psihanaliste. Tratamentul medical în sine se transforma deseori într-un avantaj nevrotic. Dar, mai ales, acest concept gândit de Freud în 1920, după război, făcea din traumă un eveniment real, și nu o fantasmă. În aceste circumstanțe îngrozitoare, Freud căuta să își înțeleagă propria traumă: un nepot ucis în conflictul armat, decesul lui Anton von Freund, unul dintre pacienții săi care îi devenise și prieten, suicidul elevului său, Viktor Tausk, și moartea îngrozitoare a fiicei sale, Sophia, și a fiului acesteia, pe care Freud îl iubea enorm. Să fi formulat principii despre propria depresie¹¹⁵? Neputând să se sustragă tuturor acestor dureri, vedea peste tot numai repetiții care erau reale, bineînțeles: războiul, moartea copiilor săi, sinuciderile psihanaliștilor, eșecurile terapeutice, cabinetul gol. Probabil, Freud se lupta cu disperarea teoretizând-o peste măsură, generalizându-și propriul adevăr al unei perioade nemiloase cu el.

Ceea ce nu înseamnă că repetiția nu există, ci doar că am putea-o înțelege altfel și, prin reziliență, să nu ne supunem ei. „Mama mea nu mă putea prinde, așa de repede alergam. Aștepta până adormeam și venea noaptea în camera mea, să mă bată cu cureaua... Nu am avut parte de afecțiune, așa că

nici eu nu pot să o ofer. De fapt, nu îndrăznesc să-i spun fetei mele că o iubesc. Mă sacrific pentru ea. Spun prin comportament ceea ce nu reușesc prin cuvinte. Dăruiesc pe ascuns și fără vorbe. Sper să înțeleagă într-o zi.“ Repetarea unui mod stângaci de a transmite afecțiunea este o strategie de apărare care amputează exprimarea personalității și alterează relațiile de dragoste dintre mamă și fiică. Acest lucru reprezintă un paradox al atașamentului. În exemplul de față, mama repetă un comportament, dovedind un atașament evitant, distant, poate chiar glacial, pentru că nu are curajul să își mărturisească afecțiunea. În ceea ce o privește pe fiică, aceasta stă lângă o mamă care se plasează în postura de adult dominat, consacându-se copilului ei, lăsându-se eclipsată de acesta. Va trebui așteptat ca fata să crească, pentru ca să înțeleagă sensul acestei strategii comportamentale. Și, cum cedarea mamei face din copil un nou-născut adult, putem să preconizăm că va fi nevoie de mai multe decenii pentru ca fiica să descopere semnificația acestor lucruri.

Conduși de imaginea pe care o avem despre noi înșine

Poate am putea cerceta problema privind-o ca pe o amprentă, ca pe o învățătură de care nu ești conștient și care înlesnește o tendință relațională. De-a lungul interacțiunilor cotidiene, copilul a învățat să răspundă ideii că este vorba de „el împreună cu ceilalți“. Orice ființă umană reacționează inevitabil la percepții, însă un copil, de la șase luni în sus, răspunde și reprezentării în care este vorba despre „el împreună cu ceilalți“, reprezentare construită prin impregnare în memorie¹¹⁶. Un nou-născut nu poate supraviețui decât dacă dispune de figuri de atașament în jurul său. Singur nu are nici o șansă de a se dezvolta. În derularea spontană a evenimentelor biologice, figura de atașament este reprezentată cel mai adesea de mama care l-a purtat în pânțele. Însă orice altă persoană care dorește să se ocupe de sugar – o altă femeie, un bărbat sau o instituție – își asumă această funcție de figură de atașament compusă din imagini, dintr-un caracter senzorial și din fapte adresate nou-născutului. Gest cu gest, această realitate senzorială se imprimă în memoria micuțului și îl învață să conteze pe anumite comportamente care vor veni dinspre aceste figuri de atașament. O mamă adusă într-o stare de nefericire de propria poveste, de către soțul său sau de societate va transmite imaginea unei femei deprimată: figură inexpresivă, absența jocurilor corporale, priviri abătute, ton trist. Scăldat în astfel de senzații care traduc lumea mentală a mamei sale, bebelușul învață să reacționeze prin comportamente de retragere¹¹⁷. După primul an de viață, micuțului îi este suficient să perceapă această figură de atașament nefericită, ca să aștepte interacțiuni specifice unei mame triste. El nu reacționează doar la ceea ce simte, ci răspunde și la ceea ce așteaptă cu atenție, anticipează ceea ce a deprins.

Începând de la trei ani, copilul, ajuns la vârsta empatiei, devine capabil să răspundă imaginilor pe care și le face din reprezentările lumii mentale a mamei sale, din motivațiile acesteia, din intențiile și chiar din credințele sale: „Ea va crede în continuare că eu am mâncat ciocolata, deși fratele meu a făcut-o“. Un bebeluș care se dezvoltă într-un mediu distant, rece se așteaptă

ca ceilalți să îl trateze cu răceală. Aproape că gândește cam așa: „Orice relație afectivă provoacă frig“. Din contră, un copil care se simte iubit se crede demn de a fi iubit, pentru că a fost iubit. Prilejuită de banalitatea gesturilor de supraviețuire, această amprentă din mintea sa a oferit copilului o reprezentare de sine încrezătoare și binevoitoare, la care răspunde când relaționează.

Această pregătire conferă un stil afectiv durabil, care se manifestă până și la primele întâlniri amoroase¹¹⁸: „Când mă gândesc cine sunt eu cu adevărat, mă aștept ca ea să mă disprețuiască“. Tânărul poate gândi și astfel: „Când mă gândesc cine sunt cu adevărat, cred că mă va accepta“. Această reprezentare „a sinelui împreună cu celălalt“ este o construcție care depinde de întâlniri, dar poate evolua, ca orice fenomen legat de memorie, spre dispariția treptată din amintire, spre întărirea imaginii din minte sau se poate transforma cu totul.

Modelați de amintiri, ne modelăm amintirile

Acest fel de deprindere înseamnă o ținere de minte fără reprezentare, procurarea unei facilități corporale sau mentale care nu este în mod obligatoriu conștientă. Este vorba despre o memorie procedurală, în care zona neurologică a cortexului care tratează un tip de informație vizuală, sonoră sau chinestezică este fasonată de aceste impulsuri senzoriale. Creierul devine astfel în mod preferențial sensibil la acest tip de informații care, sesizate timpuriu, îl fac capabil să le perceapă mai bine decât pe oricare altele.

Putem urma același raționament și în ceea ce privește evenimentele istorice care ne clădesc identitatea. Dar, la acest nivel al construcției personalității, memoria noastră nu mai este biologică, ci episodică și semantică, deci, prin forța împrejurărilor, conștientă. Această „autobiografie“ este compusă din imagini amintite și din anecdote. O astfel de memorie permite o reprezentare a sinelui care poate fi evocată cu intenție: „Îmi amintesc că la șase ani mă căutau toți peste tot, iar eu mă ascusesem să mănânc o roșie pe care o furasem. Eram mânjit pe toată fața“. Memoria semantică este compusă din enunțuri generale: „Am fost mereu slab la matematică“. Proiectele noastre de viață și modul în care ne implicăm în relațiile de zi cu zi corespund acestor reprezentări de sine. Subiectul răspunde acestei memorii construite, nu reactualizării realității trecute. Noțiunea de scenariu care decupează secvențe de imagini și de dialoguri se înscrie în derularea unei povestiri care ne transformă în metafore răspunsurile emoționale, comportamentale și verbale și dă o formă narativă reprezentării de sine¹¹⁹.

În schimb, memoria declarativă, explicită se sprijină pe structurile cerebrale temporale și hipocampice ale vorbirii și ale memoriei. Această aptitudine neurologică îi oferă individului posibilitatea de a căuta în propriul trecut elementele din imagini care compun sentimentul de sine și de a face din ele o narațiune. Pe de altă parte, memoria implicită nu este accesibilă conștiinței, pentru că ea este doar trasată, „croită“, cum a spus Freud, în cortexul asociativ, în jurul zonei limbajului și în lobul temporal drept¹²⁰. Experiențe

preverbale imprimă în creier o sensibilitate preferențială care nu poate deveni conștientă, fiindcă nu ne dăm seama că favorizăm un tip de univers: credem acest lucru doar dacă îl vedem. Nu poate fi vorba despre inconștientul conflictual refulat al psihanalizatorilor, însă această amprentă care influențează viața emoțională a unui individ prin selectarea un tip de informație evocă mai degrabă „stânca biologică a inconștientului¹²¹“, care se poate ivi pe neașteptate, sub formă de eșantioane, de ambasadori ai acestei părți a psihicului, în timpul viselor, în uitare sau în actele ratate.

Acest raționament simplu implică faptul că memoria procedurală situată în neuroni poate să se intensifice sau să se estompeze, evoluând ca orice proces biologic. Însă scenariile reprezentărilor de sine pot, la rândul lor, să se modifice, să capete altă formă sub efectul vorbirii. Atunci când istoricii descoperă o arhivă nouă, modifică narațiunile culturale care povestesc tragedii sociale. Artiștii transfigurează sentimentul stârnit de o traumă, transformând oroarea în operă de artă. O relație intimă, amicală sau psihologică poate face reprezentarea pe care o persoană și-o face despre sine să evolueze. Această activitate de lucru a reprezentărilor verbale permite remanierea, uneori în întregime, a imaginii despre sine și a modului de implicare în viața afectivă și socială: „relatarea este instrumentul prin care individul încearcă să-și forțeze destinul“¹²². Aceasta este dorința arzătoare, ambiția rezilienței!

Cele trei surse de reprezentare verbală (intime, familiale și sociale) sunt accesibile. Putem modifica un stereotip cultural cu ajutorul operelor de artă, romanelor, filmelor sau eseurilor filosofice. Avem posibilitatea de a-i face pe cei din jurul nostru să evolueze prin reuniuni de cartier, prin articole în ziare, prin forme asociative de acțiuni sau prin terapii de familie. Putem să ne antrenăm pentru a ne stăpâni emoțiile provocate de o reprezentare fragmentată și violentă reorganizând, adunând rămășițe incoerente și insuportabile din memoria traumatică. O lucrare scrisă, ședințe de psihoterapie sau o formă de implicare culturală vor putea desfășura această activitate de element „nativ coerent“¹²³ care va ajunge să contureze o imagine a sinelui clară, lipsită de agresivitate și, în fond, acceptată de către cei apropiați și de cultură.

Un mecanism de eliberare

Tot ceea ce ajută la formarea rezilienței ne este la îndemână, cu condiția să nu fie compromis de anturaj și cultură, iar individul aflat în suferință să fi apucat să-și însușească, înainte de evenimentul nefericit, câteva resurse intime care să-i permită să beneficieze de aceste lucruri.

Amédée a fost dintotdeauna un copil drăguț. Poate cam prea ascultător, preocupat să fie mereu cum trebuie, să nu întârzie niciodată, să aibă caietele curate și cămașa încheiată frumos la toți nasturii. Curios lucru, acest conformism l-a făcut inadaptabil social. Făcând eforturi repetate să fie normal, a devenit invizibil. Nu își iubea mama, dar nu se putea desprinde de ea. Adolescența sa a fost dureroasă, pentru că băiatul era supus acestei femei care se ocupa de tot cu atât de multă competență încât, fără să vrea, își eclipsa și soțul, și fiul. Până în ziua în care Amédée, ca să se simtă mai puternic, a hotărât să o vlăguiască pe ea. Într-o noapte, când urma să vină acasă târziu, după ce s-a plictisit acasă la un prieten, i-a telefonat mamei și, schimbându-și vocea, i-a spus: „Doamna B...? Vă sun de la spital să vă anunț că fiul dumneavoastră a murit“. Apoi a închis și s-a întors la prieteni să mai lânzezească. Însă din acele clipe și-a simțit inima ușoară, pentru că și-o închipuia pe mama sa vulnerabilă, în sfârșit. Mai târziu, a început să inventeze tot felul de torturi analoage, care îl făceau fericit: ba încerca să se sinucidă, ba o anunța că urma să facă tratament pentru SIDA, boală pe care nu o avea, ori îi spunea că e îndrăgostit de un șofer de tir care le era vecin și pe care ea nu îl suporta. Relația familială era din ce în ce mai apăsătoare, cu câte o explozie de furie din când în când, până în momentul în care, cu ocazia sărbătoririi debarcării forțelor franceze ale armatei lui Leclerc la Juan-les-Pins, un ziar local a relatat comportamentul eroic al acestei femei cu ocazia Eliberării. Toți din jur îi vorbeau lui Amédée despre acest lucru, iar el, în acea zi, și-a cunoscut cu adevărat mama. Până atunci, nu avusese vreodată ocazia să o întâlnească, pentru că nu o cunoștea decât în rolul de servitoare tiranică. Nu fusese interesat de trecutul ei, pentru că viața cotidiană din căminul lor nu-i dăduse vreodată ocazia să se gândească la faptul că mama sa

era și ea o persoană. Nu îi vorbim unui bebeluș despre politică, iar apoi, în viața de zi cu zi, îl angajăm în parcursul problemelor. Nu fusese nimeni pe lângă căminul lui Amédée care să-i vorbească despre povestea mamei lui, nici veri, nici prieteni, nici vecini. Rolul terțului a fost jucat de ziarul care, 25 de ani mai târziu, a povestit întâmplarea, iar băiatul a putut citi despre acele evenimente. Tânărul îi impunea liniște mamei și nu mergea în camera în care tatăl său tăcea. În următoarea zi după ce a citit ziarul, relația dintre băiat și mama sa se metamorfozase. Pasionat de subiectul eliberării regiunii Provence, Amédée citea despre acest eveniment, se întâlnea cu martori oculari și apoi se strecura să vorbească cu această femeie, mama sa, căreia îi descoperise povestea și lumea interioară.

Suferința nemaipomenită a lui Amédée și tortura pe care o abătuse asupra mamei agravaseră neînțelegerea, aducând în prim-plan o repetiție a relației dureroase. Un eveniment periferic familiei, un articol de ziar, o poveste culturală a determinat schimbarea și a provocat un proces de eliberare. Acest concept cu vechime fusese propus încă din anul 1943 de către un psihanalist englez. „Lucrul acesta“, spunea el, „posedă o tendință repetitivă“. Este vorba despre amprenta traumatică, urma lăsată în memoria care învață să vadă lumea printr-o lunetă și să o citească precum o carte cu o singură temă. Însă „există o tendință restitutivă proprie sinelui, care încearcă să restabilească situația [...] Revenirea la integritate este o speranță iluzorie, căci trauma este înscrisă în memorie, dar se poate folosi trauma în propriul beneficiu, pentru a provoca o disoluție progresivă a tensiunii“¹²⁴. Acest raționament exprimă, în termeni psihanalitici, ceea ce spune neurobiologia atunci când face distincția între memoria implicită, care, deschizând un drum într-o porțiune a creierului, îl învață un fel de a vedea lumea, și memoria explicită, opusă, care produce reprezentări de imagini și de cuvinte. Eliberarea dă posibilitatea de a lucra din nou cu sentimentul provocat de trauma reală și de a-l schimba.

Teoriile rezilienței spun același lucru. Repetiția joacă un rol important în constituirea identității noastre, creând constante și așteptări: „De fiecare dată când întâlnesc tipul acesta de om, reacționez la fel, din furie“. Orice se învață cu timpul poate dispărea din amintire sau se poate modifica, sub efectul folosirii cu regularitate a cuvintelor și a imaginilor. Datorită repetiției s-a dobândit sentimentul de a-ți păstra identitatea oricare ar fi variațiile mediului, însă grație detașării putem simți diferit această reprezentare a sinelui. Putem

acționa asupra culturii pentru a o convinge că nici o suferință nu poate justifica excluderea, putem, de asemenea, invita societatea să dispună în jurul celui rănit câțiva tutori de reziliență lângă care acesta va încerca să-și urmeze cursul vieții dezvoltându-se în alt fel. „Mecanismele de detașare necesită o muncă în profunzime a subiectului cu propria persoană: efort psihic, pentru a scăpa de inhibiție și pentru a-și redeștepta potențialul creativ; lucru intens pentru restaurarea poveștii, care ajută la prefacerea acesteia în agent de istoricitate; transformarea raporturilor cu privire la normele sociale și lupta împotriva diferitelor forme de putere care se află la originea violențelor umilitoare.¹²⁵“

Antrenamentul psihic în vederea obținerii unor abilități relaționale noi, munca dedicată istoriei personale, care înseamnă în fond identitatea noastră, învățarea gândirii despre sine în alți termeni și militarea contra stereotipurilor pe care cultura le răspândește cu privire la cei care suferă, iată ceea ce înseamnă, pe scurt, angajamentul etic al rezilienței.

IV. METAFIZICA IUBIRII

Afecțiune prietenească și dragoste romantică

„Atunci când am simțit brusc dorința sexuală și atracția către femei, nu mi-am dat seama că învățasem deja un mod de a iubi. Mi se părea că femeile sunt altfel, deși eu le percepeam diferit. De fapt, era pentru prima dată când le vedeam cu adevărat. Înainte, pentru mine erau fete, doamne sau mame... nu femei. Odată cu această neliniște care mă înfierbânta, am avut un sentiment enigmatic, ca un fel de imbold stimulant și neliniștitor, plăcut și totuși un pic dureros. Trebuia să înțeleg cauza acestei emoții inedite, să-mi folosesc corpul, ca să descopăr cu una dintre ele această metafizică a iubirii, această formă de cunoaștere care se arată din lumea sensibilă, ca o inițiere. Un ansamblu de forțe apărute din forul meu interior căuta să se inspire din modelele familiale și culturale, pentru a ajunge să aflu cum e mai bine să încep o întâlnire amoroasă.“¹²⁶

Două lucruri la care nu este ușor să te gândești, „întâlnire“ și „iubire“. Stranietatea constă în faptul că suntem mândri de aceste cuvinte, având în vedere că, la ora actuală, un număr însemnat de culturi contestă valoarea întâlnirilor de dragoste. O căsătorie aranjată este mai nobile, ni s-a spus, pentru că menține structurile familiale, susține cuplurile tinere și transmite valorile grupului. În timp ce voi, cu relația voastră bazată pe dragoste, favorizați selecția persoanelor. Comunitatea slăbește atunci când tinerii neglijează preceptele colective. Un mariaj aranjat se face în sânul grupului și devine un eveniment social important pentru colectivitate. Într-o cultură de acest tip, primul act sexual devine indicatorul unei schimbări de statut, un soi de ritual de integrare, în timp ce o relație bazată pe dragoste unește doi oameni care își iau libertatea de a alege, fără să-și dea seama, de fapt, că se supun unor valori sociale de care sunt însuflețiți, ceea ce constituie poate o formă ipocrită de căsătorie aranjată.

Întâlnirea nu este un cuvânt banal, ci, dimpotrivă, un eveniment, aproape o traumă, pentru că are nevoie de o întrepătrundere. Atunci când avem o întâlnire cu cineva suntem derutați, în caz contrar nu facem decât să ne

intersectăm și să ne evităm. O iubire presupune doi oameni care își unesc dorințele în actul sexual și își combină stilurile afective în viața de zi cu zi. Această traumă dorită provoacă înflorirea sinelui în afara propriei ființe, alături de altcineva... cu riscul dezbinării. Fiecare întâlnire este o schimbare a direcției ce poate duce la dezorientare, pentru că îndrăgostitul (îndrăgostita) îi dă celuilalt dreptul de a intra în propriul trup și suflet. Unirea plăcerilor și a modurilor de a iubi îi conferă astfel celui iubit puterea de a-l face fericit pe cel îndrăgostit sau de a-i frânge inima.

Această preocupare pentru rolul atașamentului într-o poveste de dragoste nu există de multă vreme: stilul afectiv tinde să apropie două persoane, iar fiecare dintre acestea îi oferă celeilalte confort, protecție și o încredere suficientă pentru a... se elibera!¹²⁷ „Prima dragoste presupune o renunțare, o «nesupunere» față de figurile parentale oedipiene“¹²⁸, spre a se lansa către un alt obiect al afecțiunii care va accepta rolul de partener sexual. Este vorba de două procese diferite, fiindcă atașamentul se strecoară pe nesimțite și se imprimă în timpul interacțiunilor cotidiene, în vreme ce iubirea pune stăpânire pe conștiință, producând un eveniment intens și derutant.

Înlănțuirea acestor două fenomene constituie o enigmă: cum se poate împăca atașamentul filial, care exclude sexualitatea, cu dragostea romantică¹²⁹ care ne ademenește? Aceste două moduri de a iubi sunt asociate și totuși incompatibile, pentru că nu ne putem iubi mama în același fel în care ne iubim soția!

Putem rezolva această problemă observând cum manifestările de tandrețe în cazul cuplurilor tinere pregătesc sexualitatea, în timp ce la cuplurile stabile nu se urmărește în mod sistematic acest scop. Dragostea aceasta duioasă dintre parteneri structurează o legătură afectivă care poate să se disocieze de sexualitate, pentru că este relaționată cu o serie de abilități stocate în memoria implicită de-a lungul interacțiunilor dintre o mamă și bebelușul ei: își mângâie obraji, se ghemuiesc unul într-altul, folosesc nume de alint, își fac daruri alimentare, iar apoi, uneori, gesturile derapează, își schimbă semnificația și îndreaptă trupurile către o activitate sexuală. Aceeași succesiune a gesturilor ar fi imposibilă cu propria mamă. Este aproape insuportabil să-ți imaginezi un asemenea scenariu, atât este de mare repulsia. Dragostea se face pe muchie de cuțit, extremă proximitate a tandreței și a

dorinței, cu gesturi de mare atenție la cea mai mică vibrație a corpului și a cuvintelor, poate să ne facă să trecem de la extaz la coșmar.

Cercetările despre atașament ne permit astăzi să înțelegem cum învățăm să iubim cu mult înainte de vârsta sexului. Observațiile etologice ne ajută să analizăm cum două corpuri se pregătesc pentru această întâlnire. În fine, se pune problema consecințelor unei astfel de intimități care poate însemna punctul final al unei întâlniri sau, din contră, poate modifica natura atașamentului. Cum să trăiești împreună cu cineva după actul de iubire? Cum să legi între ele, în fiecare zi, aceste două nevoi contrare de dragoste romantică și de tandrețe filială, de dorință care ne transpune și de afecțiune care ne înarmează cu răbdare?

Criza amoroasă

Se știe acum că stilurile afective pot fi împărțite în atașamente sigure, ambivalente, evitante și dezorganizate¹³⁰. Datorită metodei etologice, putem observa indicii corporali care sincronizează întâlnirea, modul în care stilurile afective se unesc, cu riscul ca, pe măsură ce evoluează, să rupă legăturile trainice dinainte sau, din contră, să repare rupturile afective din copilărie. Pare logic ca prima dragoste să marcheze o orientare nouă și fundamentală a existenței, pentru că face trecerea de la protectoarea dragoste maternală la o altă formă de a iubi, unde apetența sexuală ne conduce spre întâlnirea care ne integrează social. Ca în orice metamorfoză, aceste două moduri de a iubi se află în opoziție și în continuitate: o mamă nu este un tată, dar nu este nici chiar o femeie. Soția mea mă face să mă simt în siguranță pentru că sunt atașat de ea, însă ea vrea să o și doresc. O întreagă constelație de forțe converg către această orientare, către această cotitură, hormonii facilitează crearea de noi circuite neuronale, stilul afectiv coordonează partenerii, iar opinia publică spune vrute și nevrute.

Vâlvătaia hormonală și intensitatea emoțională a primei iubiri creează o perioadă sensibilă autentică, care înlesnește în mod special obișnuirea cu partenerul. Suportul biologic al acestei impregnări este neurohormonal. Lipsa stresului în cazul oamenilor care au fost excesiv de protejați creează un mediu nediferențiat. Nici o întâmplare nu se distinge din rutină, nici un obiect nu sare în ochi. Timpul își pierde reperele și identitatea nu se încheagă. Din contră, un exces de stres chiar modifică anatomia creierului. Atunci când viața este grea, organismul copleșit secretă catecolamine neuromediatoare și cortizol din glandele suprarenale. Aceste substanțe sunt captate preferențial de către celulele limbice din zona profundă a creierului. Cortizolul provoacă un edem al peretelui, care, umflându-se, dilată canalele. Ionii de calciu se precipită aici și fac celula să se spargă. Fapt care explică de ce, după câțiva ani de stres zilnic și de existență neplăcută, creierul limbic care gestionează emoțiile și memoria se atrofiază¹³¹.

Stimularea sănătoasă a unui creier trebuie deci să evite siguranța totală, care încetinește activitatea vieții emoționale, dar și excesul de stres, ce regresează circuitele emoției și memoriei, paralizând, de asemenea, și viața psihică. Precum fluxul și refluxul, precum bătăile inimii și respirația, alternanța este cea care impune ritm vieții și te face să simți că trăiești. Ceea ce explică de ce, din punct de vedere fiziologic, suntem constrânși să căutăm noi acțiuni îndrăznețe din care să ieșim triumfători. Astfel, născocim repere existențiale care ne produc euforie, chiar și atunci când încercările au fost grele. Organismul trezit de un stres controlat secretă oxitocină, o substanță euforizantă detectabilă în cantitate mare după un act sexual, în timpul sarcinii, al alăptării sau al primirii unei vești bune. Chiar și opioidele, mici molecule morfinice, cresc în timpul unei discuții plăcute, când suntem alături de cineva față de care simțim afecțiune sau atunci când ascultăm muzică¹³².

În acest sens, criza amoroasă adună și coordonează toți acești factori biologici, emoționali și sociali, făcând această perioadă sensibilă atât de intensă, încât îl putem cunoaște pe celălalt și să îl păstrăm în memorie, cu riscul unei rupturi traumatice. Însă îndrăgostitul nu-l poate cunoaște în totalitate pe celălalt, ci doar ceea ce acesta arată și lucrurile față de care copilăria sa l-a făcut să fie mai atent. De aceea, când cel îndrăgostit spune: „Mă gândesc doar la ea“, vorbește, de fapt, doar despre el, pentru că lumea lui intimă este plină de imaginea pe care el și-a creat-o despre ea.

Declarație de dragoste preverbală

„Imediat am simțit că ne-am îndrăgostit... Nu... Am simțit atunci că am putea lăsa dragostea să vină. Mă pregăteam să ies din librărie și am fost atras puternic de privirea ei. E adevărat, atras ca de un magnet, aproape posedat. Pusese stăpânire pe mine, iar eu eram încântat. Stătea așezată în mijlocul unui grup de turiști care frunzăreau cărți de artă. Mă privea cum plec. Fulgerător, am înțeles că reprezentam ceva important pentru ea. Era frumoasă, iar dulceața acestei frumuseți intra profund în mine. Ne înțelegeam, iar eu, atunci, am cuprins-o cu privirea. Momentul a fost blând și intens în același timp. Ne-am încrucișat tandru spadele ocheadelor într-o plăcere periculoasă, pe marginea angoasei. Am ridicat capul, pentru a spune singurul lucru care mi-a ieșit pe gură: «Bună ziua». Aveam impresia că deja făceam dragoste cu ea. Însă puterea emoțională pe care o simțeam în aceste două cuvinte însemna mare lucru. Ea a suspinat, șoptind: «Bună ziua». Era serioasă și i-am auzit respirația cum tremura. Grupul ei de prieteni a dat semn că e timpul să plece. Și-a mutat privirea de la ei, a îndreptat-o din nou spre mine, tristă, îndepărtându-se. Era de parcă povestea noastră de dragoste se sfârșise.“

Această aventură care a durat preț de o privire ridică problema întâlnirii amoroase: de unde atâta acuratețe în acest mesaj nonverbal? De ce ea? De ce acest deliciu vecin cu trauma? Ce cuplu am fi format dacă, după această lovită de fulger, s-ar fi înfiripat o legătură?

Ritualurile noastre nupțiale sunt la început preverbale. Ca orice ființă, trebuie să ne sincronizăm emoțiile și să ne ajustăm trupurile cu mult înainte de împreunare. Am reușit perfect să ne facem să credem că întâlnirile au fost posibile datorită avansurilor noastre. Din păcate, etologia conversației ne demonstrează că, până și în discuțiile intelectuale, esențialul a ceea ce avem de spus este transmis prin corpul nostru, fără ca noi să ne dăm seama de fapt. Dacă am încerca să anulăm schimburile preverbale îndepărtând posturile, mimicile și tremurăturile vocii, nu am mai fi capabili să înțelegem nimic, fiindcă transmiterea prin cuvinte nu reprezintă decât aproximativ 35% din

mesaj¹³³!

Dacă acceptăm ideea că vorbim pentru a-l impresiona pe celălalt și pentru a-l face atent la propriile noastre sentimente, atunci înțelegem necesitatea acestei întâmplări bruște, numite „dragoste la prima vedere“. În exemplul de la începutul capitolului, corpul fiecăruia a transmis o emoție preverbală care l-a afectat pe celălalt. Dacă și-ar fi putut vorbi, ar fi urmărit acest schimb afectiv și și-ar fi putut confirma străfulgerarea de dragoste. Este prea puțin important textul, cel care contează fiind co-textul, apropierea senzorială a trupurilor confirmată de cuvinte ar fi continuat înfiriparea afectivă declanșată de scurtul moment de conectare.

Contrar stereotipurilor, femeile sunt cele care declanșează aproape întotdeauna ritualul de apropiere¹³⁴. Ele emit un semnal de interes și de disponibilitate, o privire grăitoare atunci când este percepută, însă greu de definit, care susține acest semnal. Bărbații rareori se apropie de o femeie care nu îi invită, cu excepția violatorilor sau a celor care, din cauza unei tulburări de dezvoltare afectivă, nu au deprins empatia care le-ar fi permis armonizarea dorințelor. Nu canoanele de frumusețe trezesc dragostea, ci mai degrabă aptitudinile femeilor de a declanșa emoții. Probabil că și bărbații au dobândit aceeași abilitate relațională, însă se pare că semnalele diferă în funcție de sex.

Atunci când un bărbat este atins de o boală maniaco-depresivă, în timpul acceselor de euforie cucerește multe inimi feminine. Însă, în faza de melancolie, când lumea sa rămâne pustie, același bărbat nu mai percepe semnalele emise de o femeie interesată de el. Trebuie adăugat că dezvoltarea noastră afectivă participă la semnificația atribuită semnalelor pe care le sesizăm. Multe femei care, în copilărie, au învățat să-și iubească un părinte care era trist sunt exasperate de comportamentele nostime ale unui bărbat euforic sau ale unui glumeț, vorbăreț seducător sigur pe sine. Fugind de un astfel de personaj sau pur și simplu evitându-l, ele se pun la adăpost de trăsnetul care ar putea-o lovi pe o altă femeie, dornică să întâlnească un bărbat amuzant, care să știe să o distreze. În cele două cazuri, semnalele sunt percepute în mod clar, însă îmbracă semnificații diferite, în funcție de dezvoltarea afectivă a indivizilor: cea mai mare parte dintre femei, având în bagaj un atașament securizant, vor trimite semnale de interes în direcția bărbaților veseli și încrezători, în timp ce femeile evitante vor fi încordate și

vor avea priviri de gheață în preajma acestora.

Trăsnetul nu lovește la întâmplare, ci cade doar peste paratrăsnetele construite în vremea copilăriei, în timp ce se deprind stilurile afective. Fiecare viitor partener a fost construit separat și de aceea hazardul care pricinuieste întâlnirea are deja un drum îngust, pentru că nu poate să aducă iubirea orișicui pentru orișicine. Fiecare întâlnește doar obiectul care îi corespunde și pentru care a fost modelat. Fiecare este, în același timp, receptor și actor în stare să găsească pe cel sau pe cea cu care să se unească. Fiecare îl impresionează puternic pe celălalt, fiindcă poartă în el ceva ce îl atinge pe acesta.

Atunci când mariajul este aranjat, determinanții sunt în mod clar formulați de cultură, de religie, de rasă sau de avere. Dar, dacă cuplul este bazat pe dragoste, semnalele afective au prioritate și presiunile sociale conduc în secret. Când o femeie este bulversată fiindcă acest bărbat, pe care nu îl cunoaște, o neliniștește, tinde să-și calmeze emoția înmulțind gesturile minuscule: își trage fusta, își atinge părul, ridică bărbia, își împinge pieptul în față reținându-și un zâmbet. Și, în aceeași mișcare autocentrată, lasă să îi scape indicii de chemare. Nu își dă seama că îl privește pe furiș, că-și ridică sprâncenele, că-și mijește ochii, că își pune palma la gură¹³⁵ și desenează cu trupul său emoționat o formă geometrică care aduce la cunoștință bărbatului acceptarea cu bucurie a primelor sale cuvinte. El știe, simte, dar nu știe de ce știe. Doar o observație etologică i-ar putea explica faptul că sentimentul pe care l-a deșteptat în ea se traduce printr-o chemare puternică: i s-au dilatat pupilele, dând privirii un aer călduros, pe care el îl observă. Masculii, mai sensibili la imagini, percep aceste indicii corporale și le răspund prin apropieri comportamentale și verbale, în timp ce femeile, mai sensibile la atingeri, înțeleg primele cuvinte ca pe o mângâiere verbală.

Dacă pupilele bărbatului s-ar dilata, femeia ar face haz de acest lucru¹³⁶, însă primele cuvinte, felul de a vorbi înseamnă pentru ea un eșantion de iubire. Modul în care comunică personajul masculin este mai important decât ceea ce spune în acest moment al întâlnirii. Actul vorbirii menține apropierea care lasă toate celelalte forme de senzorialitate să înceapă unirea personalităților. În general, cea care atinge prima este femeia, însă nu o face decât în locuri convenționale din punct de vedere social. Astfel, în timp ce vorbește, pune

vârful degetelor pe antebratul lui. Când el își ia la revedere, ea își lasă moale mâna în palma lui. Când se revăd, ea face un gest ce pare matern de a șterge un fir de praf invizibil de pe haina lui. Îl atinge în treacăt cu rochia și, într-o încăpere aglomerată, sâni ei se sprijină, din întâmplare, de brațul suspinătorului împins de mulțime. Toate aceste contacte concise semnifică faptul că femeia îi permite bărbatului să o atingă și în alte părți, în locuri alte trupului mai puțin conforme conveniențelor sociale, mai intime.

Întâlnirea de dragoste nu este foarte întâmplătoare. Hazardul nu este implicat decât într-o mică alegere a semnificațiilor, de parcă îndrăgostiții ar spune: „Cea (cel) cu care mă văd are ceva care vorbește sufletului meu. Ea (el) poartă pe trup semnele care ating ceea ce este mai profund din mine, pentru că trecutul m-a făcut sensibil(ă) la aceste indicii și, prin urmare, ea (el) îmi vorbește mai bine decât altora“.

Prima dragoste este o a doua șansă

Primele acțiuni ale unirii amoroase se fac cu ajutorul indicilor corporali care arată stilurile afective dobândite până în acel moment. Observațiile etologice încep să explice cum participă atașamentul subtil la dragostea fulgerătoare.

Intensitatea clipei de iubire, unirea stilurilor afective dă naștere unei perioade în care lucrurile învățate până atunci, accentuate de moment, le permit celor doi să-și ofere reciproc fericire și plăcerea descoperirii, precum și posibilitatea de a îndrepta un stil de comunicare afectivă dificil. Însă această etapă delicată poate, de asemenea, să agraveze un stil afectiv fragil sau chiar să rupă o legătură ce era sigură înainte.

Este vorba, într-adevăr, despre o perioadă sensibilă, în care sunt posibile alte forme de inițiere. Din nou vorbim despre un punct de cotitură al vieții, care declanșează deseori un proces de reziliență, dar care poate, de asemenea, să destabilizeze un partener echilibrat în trecut. Forța care acționează într-un sens sau în altul este o împletire de stiluri afective, un ansamblu de resurse istorice și paraverbale care organizează conviețuirea cuplului. Unirea astfel ordonată oferă o posibilitate de transformare afectivă în care fiecare îl influențează pe celălalt în bine sau în rău. Stabilitatea cuplului permite obținerea unui atașament securizant, ce nu a fost însușit cu succes înainte, ceea ce explică faptul că iubirea face posibilă reziliența. De asemenea, din punct de vedere biologic, relația de dragoste face posibile metamorfoza și schimbarea de direcție. Intensitatea emoțională și secrețiile hormonale au ca efect stabilirea unor noi conexiuni sinaptice, stabilirea de căi neurologice non-circuitate¹³⁷ – întâlnirea tuturor condițiilor pentru a înlesni o a doua amprentă. După ce tânărul a fost marcat de mediul înconjurător de la vârsta precoce, ceea ce i-a modelat stilul afectiv, relația amoroasă vine și îi oferă o a doua șansă, o posibilitate de modificare a reprezentărilor negative despre sine dobândite în timpul copilăriei¹³⁸ sau chiar forța de a înceta a mai fi delincvent, abordând un mod nou de socializare¹³⁹.

Mai mult decât o tranziție, vorbim despre un veritabil punct de cotitură al existenței, uneori despre o metamorfoză în care biologicul, afectivul și socialul se coordonează pentru a lua acest viraj cu mai multă sau cu mai puțină șansă de succes.

O teorie a rezilienței trebuie să se preocupe, prin urmare, de schimbările survenite, de condițiile afective și culturale care modifică receptivitatea unui organism. Creând perioade sensibile noi, subiectul preia alte amprente, care îi prefac stilul afectiv. Aceste viraje permit învățarea de abilități relaționale neașteptate și stabilesc o manieră diferită de a gusta lumea. Un anumit comportament afectiv ne-a îndreptat spre un tip de dragoste, dragoste care, la rândul ei, ne-a modificat acest comportament afectiv!

Metoda chestionarelor trimise prin poștă, cu asigurarea anonimatului, prin care subiectul răspunde doar dacă dorește, permite conturarea unei priviri de ansamblu asupra întâlnirilor sexuale ale populației generale¹⁴⁰: 16% dintre cei care au mai puțin de 24 de ani și 22% dintre cei peste 50 de ani nu au avut nici un raport sexual în timpul anului precedent; 70% dintre cei cu vârsta de peste 65 au încetat această activitate; 2,7% dintre bărbați și 1,7% dintre femei au avut mai multe întâlniri cu persoane de același sex. Însă, înainte de a încerca o corelare între atașament și sexualitate, ceea ce ne interesează este constatarea faptului că celibatarii au mai multe întâlniri sexuale – ceea ce poate fi înțeles –, dar și că intelectualii care au o viață sexuală mai puțin fierbinte în cuplu au parte de numeroase aventuri extraconjugale. Un stil existențial poate deci participa la felul în care ne organizăm viața sexuală. Săgețile trimise de Cupidon nu nimeresc la întâmplare. Micii arcași ai iubirii nu îi vizează decât pe cei sau pe cele care se oferă drept ținte. Hazardul nu acționează decât asupra celor care se plasează pe traiectoria săgeții și nu se feresc pentru a evita atingerea. Motivul pentru care ne întâlnim, mitul fondator al perechii¹⁴¹, devine astfel un organizator al personalității cuplului, al stilului său relațional și al angajamentelor care îl caracterizează. În cadrul căsătoriilor aranjate, miza cuplului este enunțată limpede de către cultură, iar tinerii sunt mândri să se supună legii grupului. În timp ce, în mariajele din dragoste, intenția de a trăi împreună este mai mult psihologică, iar presiunile sociale, chiar dacă sunt foarte puternice, devin mai personale. Alegerea amoroasă lărgeste cercul posibilităților și respectă mai puțin constrângerile sociale.

Scânteie sentimentală și plumb familial

De-a lungul anilor, Georges a fost mirat de dulcea și profunda emoție pe care o simțise în tinerețe văzând un tată care avea grijă de băiețelul său. Rememora deseori scena, doar din plăcere. Într-o zi întunecată de iarnă, în timp ce schia, Georges se oprise în vârful unei pante abrupte pentru a-și trage sufletul. Mai jos, vag conturat din cauza ceții și a zăpezii, zărise un bărbat, era clar un tată care aranja fularul copilului său, apoi, urmat de acesta, bărbatul a continuat să alunece pe omăt și a dispărut încetîșor. Bărbatul era bine făcut, lucru foarte important, pentru că de aici venea plăcerea resimțită de Georges. Tatăl își dedicase forța un pic brutală unei relații tandre cu băiatul său. În urma acestei întâmplări, Georges căuta foarte des această imagine în memorie și era uimit de câtă plăcere îi putea aduce.

Își petrecuse copilăria într-o familie distantă, unde nu se discuta niciodată. Tatăl nu pierdea nici o ocazie să dispară de acasă. Mama, tăcută și împovărată, îl respingea pe Georges brutal și era agasată ori de câte ori acesta încerca să se apropie de ea. Sora cea mică spărgea tot ce îi apărea în cale și fugea de acasă de dimineață până seara. Viața sa se petrecea în tristețe și în liniște. Fetița dezvoltase la perfecție atașamentul evitant. Îndura fără să protesteze vigoarea gesturilor mamei, care o îmbrâncea fără o vorbă, pentru a o stăpâni. Copila se apăra cu lipsa ei de iubire și, gândind că nu trebuie să depinzi de ceilalți, se antrena să nu plângă, se izola într-o lume închisă, din care nu ieșea decât pentru a-și lua tălpășița.

În această atmosferă încărcată, Georges se bucura de cele câteva clipe de căldură afectivă pe care le căuta în afara căminului. Când își făcea plimbările, vorbea îndelung cu vânzătorul de legume, îi ducea laptele și ziarul vecinei în vârstă căreia îi era greu să urce cele patru etaje, visa că atunci când va fi mare va avea o familie în care se va vorbi mult și în care lumea va râde împreună. În perioada adolescenței, își imagina o scenă în care intra într-un sac de dormit, unde îl aștepta o femeie. Simplul fapt de a se afla alături de aceasta, în căldura pufului, era suficient ca să îi aducă bucurie. În primii doi ani din

viața sa, părinții îl duseseră la o doică foarte veselă, unde, fericit, își impregnase probabil în memorie un stil de atașament securizant, care îl învățase plăcerea revederii. Când a venit pe lume sora sa, mama a rămas acasă, pentru a avea grijă de cei doi copii, deci l-au luat și pe Georges înapoi. Atunci, plumbul cotidian a început să curgă în mica sa lume. Însă copilul, care păstrase în minte gustul relațiilor fericite, mergea la vecina în vârstă și la vânzătorul de legume pentru a căuta câteva momente de căldură afectivă. Simpla prezență a fetelor îi conferea bucurie, ceea ce explica poate fantasma cu sacul de dormit, căci sexualitatea îl neliniștea, evocându-i riscul unei familii tăcute și posace. Își spunea vehement (și chiar își repeta acest lucru) că dacă o fată făcea un copil cu el, nu ar putea să o părăsească niciodată, chiar dacă nu ar fi fost fericiți împreună. Importanța acordată unui asemenea angajament îl speria și prefera să renunțe la orice fel de act sexual, pe care îl găsea periculos. Fetele îl plăceau, fiindcă era un băiat drăguț, le vorbea cu voioșie și nu le agasa cu obrăznicii sexuale.

Până în ziua în care Georges, pe această pantă înzăpezită, observând tandrețea vânjosului bărbat față de băiețelul său, a simțit o dragoste la prima vedere non-sexuală, însă foarte puternică: „Deci se poate să fii un astfel de tată. Iată, așadar, la ce visez eu“. Întâmplările neprevăzute ale existenței aduseseră în fața ochilor săi o scenă având ca temă viața sa afectivă: „Sexualitatea capătă sens și nu îmi mai provoacă frică, dacă o femeie îmi îngăduie să devin un tată ca acesta“. Dezvoltarea lui Georges, compusă din scânteia sentimentală și din plumbul familial, îl făcuse dornic de un astfel de moment parental care ar fi provocat râsul celor mai mulți băieți de vârsta lui.

Dragostea la prima vedere pe care Werther a simțit-o pentru Charlotte nu era nici aceasta sexuală, pentru că tânărul se îndrăgostise văzând-o ungând tartine cu unt pentru copii: „Am avut brusc în fața mea cel mai fermecător spectacol pe care l-am privit în viața mea: ea ținea o pâine neagră și tăia pentru lumea micuților felii pe care le distribuia în jur“¹⁴². Werther, precum Georges, percepe în realitate scena care corespunde dorinței sale celei mai arzătoare. Această secvență constituie un eveniment care îl emoționează profund și care l-ar amuza pe prietenul lui.

Mai rămâne acum doar să facă un copil, ceea ce ține doar de întâlnirea unui spermatozoid cu un ovul. Însă, odată adus pe lume, acest copil se va dezvolta

într-o senzorialitate a atingerilor, a legărilor, a hrănilor, a îngrijirii și a alinturilor. De această dată, va fi vorba despre o chestiune de întâlnire între două stiluri afective și de îmbinare a modalităților parentale de a iubi.

Alchimia modurilor de a iubi

Pentru ca un cuplu să se formeze trebuie, în același timp, ca ambii parteneri să își dorească acest lucru și să se atașeze. Altfel, pe parcursul dezvoltării copilului, deprinderea acestor două feluri de a iubi a fost disociată și chiar conflictuală, pentru că singurul mod prin care adolescentul se va simți bine va fi prin râvnirea spre altceva decât familia sa de origine. La momentul în care acest tânăr va deveni părinte, câmpul senzorial care va oferi îndrumători în dezvoltare copilului va fi format prin combinarea stilurilor afective părintești. Însă anumite combinații amenință integritatea unui partener, în timp ce altele permit reluarea unei legături prost țesute în trecut¹⁴³.

Presupunând că domnul Siguranță o ia în căsătorie pe doamna Siguranță, vor construi împreună o legătură lejeră, care nu înseamnă că este superficială. Se vor iubi mult, poate cu intensitate, însă relația lor va fi comodă, pentru că fiecare dintre cei doi a căpătat în copilărie încrederea fundamentală, aceea care insuflă bucuria de a-l descoperi pe celălalt și de a-l iubi așa cum este. Aceste cupluri vor trece împreună fericite prin viața de zi cu zi, se separă pentru scurtă vreme dacă este necesar și se regăsesc cu mare mulțumire pentru a-și povesti aventurile sociale.

Domnul Suferință va avea puține șanse să o găsească pe doamna Suferință, fiindcă nici unul dintre cei doi nu va ști să se plaseze în calea săgeții lui Cupidon. Cufundați în necazurile lor, se zbat neîncetat să suporte clipa, fără a visa la viitor. În schimb, se întâmplă ca doamna Suferință să îl întâlnească pe domnul Ambivalent, care are dorința de a îndrepta o femeie. Este posibil ca domnul Mi-e-Teamă-de-a-Pierde să facă cunoștință cu doamna Nu-Îmi-Place-Viața, iar această alianță să le permită să evolueze: simpla prezență stabilă și abătută a doamnei îl va proteja pe domnul care o va stimula pe doamnă. Formarea cuplurilor presupune multe alte combinații.

Laurent își iubea mult mama, cu care îi era rușine: era săracă, în vârstă, prost îmbrăcată, cu șorțul mereu murdar. Când venea să îl ia de la școală, copilul îi

cerea să stea departe de celelalte mame, tinere și drăguțe. Și totuși îi plăcea să se lipească de ea și își imagina că, într-o zi, o va face fericită. Îi lipsea când nu era lângă el, dar o respingea, ca să nu fie nevoit să o compare cu alți părinți. A ajuns astfel la vârsta la care putea forma un cuplu trăind cu această ambivalență, moștenită din copilărie. Atunci când o femeie i-a oferit dragoste, a îndepărtat-o și a descoperit că avea nevoie de statornicia ei afectivă pentru a se stabili, așa că a chemat-o înapoi. În momentul în care a crezut că o pierde, a cerut-o de nevastă. Ei nu îi plăcea viața, îi era frică să iasă și percepea orice întâlnire amicală ca pe o îngrozitoare corvoadă. Îi era teamă să trăiască, iar el suferea de neliniștea de a pierde pe cineva: prin urmare, au format o pereche trainică. Pentru a evita lipsa ei de curaj în fața vieții, el se ocupa de problemele sociale, iar ea îi permitea lui să nu sufere pentru eventuala ei pierdere dându-i de înțeles că va fi mereu acolo. Sprijinindu-se reciproc, au putut să-și finalizeze educația prin studii avansate, au avut patru copii de care ea se ocupa ireproșabil, căci micuții îi ofereau un alibi perfect pentru a ocoli implicarea în societate. Cât despre el, încet, încet, profitând de siguranța afectivă garantată de soție, a reușit, în sfârșit, să dobândească atașamentul încrezător pe care trista lui mamă nu i-l putuse oferi. Este momentul în care, protejat și vindecat cu ajutorul partenerei sale de viață, decide să o părăsească.

Aceste cupluri în care fiecare îi servește celuilalt drept terapeut nu sunt rare. Merită să fie respectate, cu condiția ca partenerii să poată să-și renegocieze contractul, deoarece, dacă din nefericire ajung să fie fericiți, nu vor mai avea motiv să trăiască împreună. Resursele interioare ale lui Laurent s-au schimbat, s-au ameliorat grație permanenței afective a soției. Datorită ei, el a ajuns să cunoască atașamentul securizant pe care i l-a insuflat forța de a iubi altfel... o altă femeie! Cu sprijinul lui, ea a evitat teama de interacțiunea socială, însă nu a învățat să o înfrunte. Dacă ar fi fost un soț mai puțin îndatoritor și s-ar fi ocupat mai puțin de ea, rezolvându-i într-o mai mică măsură problemele cotidiene, Laurent ar fi lăsat-o pe soția sa să învețe cum este să fii sociabil, iar cuplul și-ar fi renegociat stilul, legând o relație mai plăcută.

Prima dragoste este o a doua șansă, a doua dragoste, o a treia șansă, iar următoarele iubiri reprezintă o neșansă, pentru că nu lasă timp antrenării altor feluri de abilități.

Realitatea se află într-o evoluție constantă, fie că este vorba despre realitatea ecologică sau despre cea biologică. Cu atât mai mult, sentimentul provocat de o reprezentare de imagini sau de cuvinte este simțit în mod autentic, iar asupra acestui fel adevărat de a percepe putem acționa, filmând, examinând în amănunt, punând în scenă, reflectând și discutând, cu scopul de a lucra la această reprezentare și de a o modifica. Aici se află posibilitatea de reziliență. Psihanaliza a folosit-o într-o convenție relațională pe care o putem extinde la celelalte domenii ale existenței: „[...] amintirea unor episoade altădată inaccesibile, pentru a permite o «rezoluție» a amintirilor: acest efort va facilita astfel reducerea activării afective, va preveni repetarea răspunsurilor nepotrivite și va favoriza emiterea de noi răspunsuri”¹⁴⁴ Teoria atașamentului aduce două contribuții la soluția psihanalitică. Subliniază modificarea memoriei, ca orice ține de biologie, și adaugă activitatea reprezentărilor intime și sociale, care se poate dovedi a fi o sarcină foarte grea.

Alianța stilurilor afective ale unui cuplu se realizează încă de la primele întâlniri, când fiecare, percepându-l pe celălalt, așteaptă de la acesta satisfacerea unei nevoi și a unei dorințe: „[...] imaginea mnezică a unei percepții rămâne asociată cu amintirea excitației rezultate din nevoie. În momentul în care această necesitate revine, se va produce, grație legăturii stabilite, o emoție psihică ce va încerca să reinvestească imaginea mnezică a acestei percepții [...] să stabilească împrejurările primei percepții [...] reparația percepției reprezintă împlinirea dorinței”¹⁴⁵.

Putem spune astfel: „Modul în care îi percep pe ceilalți trezește vestigiile trecutului meu și nevoia de a le regăsi. Mă implic în cuplu cu visurile mele pentru viitor și cu socotelile rămase neîncheiate. Cu acest bagaj de amintiri, de emoții și de dorințe, urmează să semnăm contractul implicit care va stabili ideile principale ale vieții noastre de familie”.

Când domnul Distant a întâlnit-o pe doamna Timidă, fiecare dintre cei doi a perceput indicii comportamentali care le-ar fi dat speranța că lumile lor interioare s-ar putea armoniza. Domnul Distant căpătase acest stil afectat într-o familie rece și evitantă. Iar doamna Timidă păstrase din copilăria sa nefericită un atașament nesecurizant și nimeni nu-i putuse da încredere în această privință. Legătura lor a întărit aceste abilități afective învățate, căci fiecare observa cum celălalt exprima semnificantul comportamental¹⁴⁶ care îi

convenea. S-au căsătorit, au format un cuplu stabil și nefericit, cu un singur copil obținut fără plăcere, în urma unuia dintre rarele lor raporturi sexuale.

Alchimia stilurilor afective nu este mereu atât de tristă, se întâmplă chiar să te alegi cu un beneficiu dintr-un contract costisitor, cum ne dau de înțeles domnul Picior-de-Lemn și doamna Fricoasă. El își pierduse piciorul în război, iar fobia doamnei Fricoase îi transformase acest handicap în câștig. Pentru că el se deplasa greu, ea s-a hotărât, dând o mulțime de declarații publice în acest sens, să se consacre infirmității soțului ei. Îl susținea, fiindcă se împleticea la mers, avea grijă la pălărie, fiindcă el nu suporta soarele, îi aducea în fiecare zi suc de portocale, care îl ferea de moarte spre seară. Mâncarea le era livrată, iar cumpărăturile, de asemenea, erau comandate prin telefon, pentru că orice clipă de absență din partea ei ar fi stins flacăra lumânării domnului Picior-de-Lemn. O admiram mult pe această femeie, iar preotul spunea că ar fi putut chiar deveni o sfântă! Soțul, astfel protejat, nu numai că a supraviețuit, dar, neavând posibilitatea de a se distra, muncea tot timpul și a ajuns la o situație socială excelentă. Până în ziua în care doamna Fricoasă a făcut o embolie și a murit. Soțul, vă gândiți, în mod sigur avea să o urmeze curând, o flacăra de lumânare!... A fost foarte supărat și, ca să lupte cu tristețea, și-a cumpărat o mașină și a început să colinde lumea, fără pălărie și fără suc de portocale!

Uneori, uniunea este benefică unui partener doar când îi merge prost. Domnul Intermitent o iubea nespus pe doamna Anxioasă, însă nu reușea să-i înțeleagă ceea ce el numea „penele ei de curent“. Metafora electrică îi trecuse prin cap fiindcă era chimist, iar pentru el totul era clar: iubești sau nu iubești, adică ești „pornit“ sau „oprit“. Din păcate, exista curent doar atunci când doamna era anxioasă. Din fericire, avea deseori bufeuri puternice de angoasă, în cursul cărora nu se simțea liniștită decât lângă el. Îi sărea de gât, așa cum învățase să facă cu mama ei. Însă, când accesul se domolea, iar el se apropia de ea, îl percepea ca pe un intrus și îl trimitea la plimbare. Nu îl iubea decât atunci când îi era rău. De aceea, de-a lungul unei perioade de ameliorare, a cerut divorțul și era disperată fiindcă nu mai putea să stea lângă el.

Doamna Eu-Mai-Întâi s-a măritat cu domnul Ea-Mai-Întâi și toată lumea admira acest cuplu atât de unit, până când, într-o zi, domnul a avut o scăpare¹⁴⁷ tragică: susținând că perechea pe care o formau nu avea nici o

problemă, a spus: „Eu și soția mea ne respectăm reciproc. Ea face ce vrea ea. Iar eu, eu fac ce vrea ea“. A urmat o îndelungă tăcere după această revelație involuntară.

Domnul Ea-Mai-Întâi a încercat să se ocupe de soția sa mai puțin, însă nu a reușit, pentru că din copilărie s-a ales cu un stil afectiv atât de deznădăjduit, încât a ajuns la concluzia că nu ar putea fi parte a unui cuplu decât dacă ar duce întocmai viața iubitei. Această strategie afectivă ce necesită un efort imens i-a adus un beneficiu enorm, pentru că i-a permis să învețe treptat să iubească într-o manieră mai relaxată, ca într-un atașament securizant.

Prin urmare, evoluția afectivă este posibilă. Modul de a iubi deprins în copilărie reprezintă o tendință care orientează relațiile ulterioare, dar nu este o fatalitate care pietrifică dragostea. Cuplul amoros, în poziția de cel mai mic sistem posibil al grupului familial, constituie locul de interacțiune și momentul potrivit în care se pot modifica lucrurile învățate până atunci: „Acest stil relațional nu înseamnă unirea stilurilor de atașament al fiecărui partener... Ci este un produs al celor doi, o creație“¹⁴⁸. Perechea îndrăgostită împărtășește ceea ce inventează, profită sau suferă de pe urma acestui lucru.

Unirea verbală

Stilul interactiv este caracteristic cuplurilor sigure. El demonstrează că inevitabilele tensiuni ale vieții au soluții grație „parteneriatului îndreptat către scop”¹⁴⁹ și „conștiinței reflexive”¹⁵⁰, ceea ce este un fel de a spune că un cuplu își vorbește pentru a se explica și se armonizează pentru a ajunge la ceea ce și-a propus.

Este posibilă observarea acestui fel de a comunica. Perechile sigure au schimburi de cuvinte armonizate, căci fiecare, atent la trupul și la cuvintele celuilalt, ascultă ce spune și îl privește vorbind. Percepe cu ușurință indiciile corporale, accelerația debitului vorbirii, vocea mai gravă și privirea orientată brusc spre interlocutor, ceea ce înseamnă că se pregătește să îi dea cuvântul. Acest dans comportamental-verbal demonstrează armonizarea afectelor acestui cuplu care caută o soluție fără dezacorduri. În timp ce cuplurile nesecurizate-neliniștite, care au adoptat un contract de grijă implicită, dau dovadă de o mare instabilitate psihomotrică în cadrul discuțiilor: șuvoi nesecat de vorbe, discurs dezlânat, proastă specificare a subiectului, comportamente autocentrate, îndreptate dintr-odată spre un obiect exterior fără legătură cu dialogul. Mulți dintre cei care taie vorba arată prin această purtare că nu sunt atenți la celălalt. Răspund senzației pe care a declanșat-o celălalt în ei, nu sunt în acord cu partenerul. Întrerup conversația din teama de a fi dominați sau pur și simplu fiindcă nu țin cont de lumea mentală pe care celălalt încearcă să o exprime.

Anumite persoane nesigure și evitante par așa de detașate, încât corpul lor este rigid, sărac în gesturi, cu fraze scurte, cu un discurs rece, fără muzicalitate verbală sau mimică. Excesul lor de control dezvăluie o toropeală emoțională care provoacă adesea o senzație de descurajare în interlocutor.

În ceea ce-i privește pe îndrăgostiții dezorganizați, cuvintele imprecise, răspunsurile pe lângă subiect și gesturile deplasate le fac discursul greu de înțeles și le agravează izolarea și suferința¹⁵¹.

Modul în care se exprimă cuvântul dezvăluie o lume intimă prin care este cu putință să observăm potrivirea cu un partener. Dar noi știm:

- să observăm un stil afectiv căpătat înainte de întâlnirea amoroasă;
- să înțelegem ceea ce un tânăr își imaginează despre dragoste;
- să analizăm legătura de iubire care se stabilește cu ajutorul semnificațiilor percepute pe corpul celuilalt;
- să calculăm alchimia interacțiunilor unei perechi care niciodată nu o să arate că $1 + 1 = 2$. Într-un cuplu unit, $1 + 1 = 1$. Într-un cuplu sigur, $1 + 1 = 2 + 2$. Într-un cuplu neechilibrat, când unul îl consumă pe celălalt, $1 + 1 = 2 + 0$.

Timpul când trebuie să învățăm să iubim

De vreme ce dispunem de mijloace pentru a observa cum fiecare partener îl influențează profund pe celălalt și îl transformă, putem încerca să precizăm că înțelegerea amoroasă semnează un contract implicit prin care se subînțelege faptul că nu poți ieși din aceasta la fel cum ai intrat. Se repetă maniera de a iubi? Se întâmplă că nu poți să te separi de cineva cu care nu poți să trăiești? Se poate ca cei doi să-și poarte de grijă reciproc? Iubirea te poate marca? Sau este posibilă manifestarea unei evoluții reziliante?

În cea mai mare parte dintre cazuri, dragostea are drept efect o îmbunătățire a stilurilor afective. Multe dintre atașamentele ambivalente sau evitante își ameliorează scorul de seninătate și se deplasează cu mișcări largi spre un atașament securizant. Bineînțeles, povestea nu este mereu idilică. Se întâmplă ca doamna Nimeni-Nu-Mă-Iubește să îl găsească pe domnul Eu-Mai-Întâi. Ea va fi atât de uluită de dragostea partenerului său, încât va face ce va dori el, numai să mai stea lângă ea cât de puțin. Domnul Eu-Mai-Întâi îi va propune doamnei Nimeni-Nu-Mă-Iubește un contract „În primul rând eu“, pe care ea îl va semna cu toată inima. Și toată lumea va fi plină de admirație față de acest cuplu stabil, față de acest bărbat viril și această femeie blândă.

Relațiile terapeutice, în care fiecare îi cere celuilalt să îl îngrijească, nu sunt rare nici ele. Cu dublu tăiș, ele pot să trateze sau să dezbine. Când doamna Singură-pe-Lume a descoperit că domnul Fără-Sentimente era disponibil, a sărit într-un suflet să-i vină în ajutor. Se înțelegeau minunat, fiecare oferindu-i celuilalt siguranță, și s-a putut constata o îmbunătățire vizibilă a vieții lor cotidiene și a modului lor de a iubi. Astfel încât aproape că nu puteau să plece unul de lângă celălalt, depinzând unul de altul și, precum ne putem închipui, dacă unul se simte rău îi va reproșa celuilalt că nu l-a îngrijit suficient.

L-am cunoscut bine pe domnul Du-te-ncolo-Vino-ncoace. Se însurase cu doamna Nu-Mă-Iubesc-decât-pe-Mine, iar înțelegerea din cuplu lăsa o impresie curioasă. Ea vorbea despre sănătatea ei, despre micile sale plăceri

sau despre starea ei proastă... în timp ce soțul, tăcut, afișa mimici dezaprobatore și priviri exasperate care exprimau fără dubiu agasarea lui mută. O urma peste tot și, când caracterul imprevizibil al conversațiilor o excludea pe femeie din perimetrul acestora, el începea să îi adreseze întrebări pentru a o invita să vorbească despre rochia ei sau despre cum a dormit noaptea precedentă. Se simțea abandonat când nu era prezentă și dominat atunci când era acolo. Așa că o căuta ca să-i confere puterea împotriva căreia să se răscoale. Acest mic scenariu putea fi observat în schimbul lor de replici. Felul lor de a fi împreună le permitea acestor înrobiți reciproci să se iubească într-un mod strident.

Într-un număr mic de cazuri, pasiunea provoacă o adevărată traumă, în care îndrăgostitul este copleșit de o emoție pe care nu o poate suporta. Iubirea merge des umăr la umăr cu trauma pentru că este vorba despre o perioadă critică, în care personalitatea celui în cauză poate suferi schimbări. Cea mai mare parte din timp, virajul este bine negociat, însă se întâmplă să ai parte de un eșec atunci când intensitatea emoției sfâșie individualitatea fragilă sub acest șoc extrem de plăcut.

„O iubire fără suferință nu este dragoste adevărată“, îmi explica Ginette. „Nu sunt fericită că iubesc astfel, însă dacă iubesc potolit, nu îmi dau seama dacă sunt îndrăgostită. O afecțiune fadă m-ar dezamăgi. Doar o pasiune sfâșietoare îmi dă dovada că îl iubesc și mă face, în același timp, să mă doară pentru că îl iubesc.“ În viața de zi cu zi, Ginette avea mereu nevoie de dovezi. Durerea provocată de o dragoste foarte puternică îi aducea confirmarea crudă și liniștitoare care îi trebuia. „Iubirea mă trimite cu gândul în copilărie, când eram mică și mă țineam scai după mama: eram înnebunită să stau numai cu ea și disperată dacă pleca vreun pic de lângă mine. Retrăiesc nostalgia acestei suferințe care mă scâlda în dragoste și siguranța pe care mi-o aducea. Așa îmi place să iubesc.“ Deprinderea unei iubiri ambivalente se manifesta la Ginette la vârsta adultă prin nevoia unei pasiuni dureroase. Își iubea partenerul așa cum adorăm placa de înot de care ne agățăm când ne este frică de înec.

Am urmărit o populație restrânsă de adolescenți cu dificultăți afective și am încercat să le evaluăm tipurile de atașament față de părinți, apoi după prima dragoste¹⁵². În ansamblu, acești tineri care cunoscuseră o ontogeneză afectivă dificilă s-au îndreptat în timpul primei iubiri. Deși nu a fost ușor, ei au învățat

să iubească cu mai multă bucurie și dezinvoltură. Indicii lor de atașament au crescut vizibil. Au descoperit plăcerea de a sta de vorbă, de a se încrede în cineva, de a accepta influența persoanei iubite, de a-și face planuri, de a-și povesti trecutul și de a inventa o serie de ritualuri în cuplu care să formeze intimitatea¹⁵³.

Momentul de iubire reprezintă o cotitură minunată și periculoasă, fiindcă o serie de atașamente sigure și un număr ceva mai mare dintre cele nesigure eșuează. Însă cei care ajung să le gestioneze avantajos ies cu bine din această experiență, într-o stare mai bună.

Când suferi din cauza durerii celor pe care îi iubești

Cei din jurul îndrăgostitului îl însoțesc în acest moment de cotitură. Ceea ce ne face să spunem din nou că împlinirea, ca și trauma, implică familia în aceeași măsură ca persoana în cauză¹⁵⁴. În atentatul dintr-un tren al Rețelei Expres Regionale (RER), într-o ramă de metrou din stația Port-Royal (3 decembrie 1996), unele dintre persoanele prezente nu au fost traumatizate, însă partenerii lor au suferit de sindrom posttraumatic sever¹⁵⁵. Acest fenomen a fost semnalat în timpul războiului din Vietnam, când geamănul care nu participase la luptă suferea mai mult decât cel care luase parte la conflictul armat. La fel și în Beirut, soldații NATO erau mai tulburați decât combatanții. Iar unii copii de deportați resimt deportarea mult mai dur decât părinții lor. Prin urmare, nu evenimentul îl marchează și îl alterează psihologic pe cel apropiat, ci reprezentarea lui. Atunci când cel care suferă are alături oameni care să îl susțină, trece peste traumă uneori mai bine decât cel apropiat pe care îl credem la adăpost, dar care este abandonat ororilor pe care și le imaginează. Dar, ca să ajungem să suferim la ideea pe care ne-o facem despre durerea persoanei la care ținem, trebuie să ne punem prea mult în pielea celuilalt. Ne vom regăsi în situația domnului Ea-Mai-Întâi, care nu se simte bine decât dacă a făcut mai întâi totul ca ea să fie satisfăcută. Reluând ideile Annei Freud și metodele etologice ale lui René Spitz, urmărindu-i și observându-i pe copiii traumatizați de bombardamentele din Londra, Myrna Gannagé confirmă că, în timpul războiului din Liban, copiii ai căror părinți au fost traumatizați s-au simțit mai afectați decât cei ai căror părinți au trecut cu bine prin această încercare a vieții. Chiar și orfanii, ținută laolaltă sau adăpostiți în familii fericite, au fost mai bine protejați decât cei care au rămas în familiile lor traumatizate¹⁵⁶. Grupul familial, în ansamblul său, este cel care suferă sau se apără, învinge sau plonjează în trauma psihică. Atunci când o persoană este rănită, familia va avea un risc de 27% de a suferi din cauza durerii sale. Când moare un copil, un cuplu din două se desparte în anul următor. Când o femeie este violată, aceasta cere deseori separarea de soțul său, care nu este vinovat cu nimic¹⁵⁷.

Sandra era gardă de corp. Îi plăceau competițiile aprige și, perfect antrenată, era renumită pentru precizia sa la tragerile cu pistolul. Într-o seară, după ce escortase o persoană importantă, a vrut să se întoarcă acasă pe jos. Un bărbat a urmărit-o, a prins-o și a violat-o. Dominată fizic, Sandra nu izbuteste nici măcar să-și scoată revolverul. Stupefiată, ajunge la locuința ei cu pași mărunți, după ce rătăcise pe străzi. Prietenul o așteaptă și îi spune că este îngrijorat de întârzierea ei. Atunci ea explodează, își țipă ura față de bărbați și îl alungă pe cel cu care trăia în mod plăcut. Disperată de singurătatea pe care tocmai o provocase, își sună mama, care sosește într-un suflet și se aruncă imediat în depresie, alături de fiica sa. Cele două femei încă suferă.

Odette pleacă în croazieră împreună cu soțul său. Când fac escală într-un mic port pe coasta Turciei, pleacă singură la o plimbare. Doi bărbați pun mâna pe ea și o violează, distrându-se. Fuge să se refugieze în brațele soțului, care, fără să scoată un cuvânt, merge la comisariat, apoi în căutarea agresorilor. Vaporul pleacă, bărbatul, tăcut peste măsură, demonstrează prin comportamentul său că este atent la suferința soției rănite. Câteva luni mai târziu, tristețea lor a dispărut.

Reputația Sandrei fusese mult mai grav degradată, pentru că nu a putut nici să se bată, nici să scape: „Nu sunt decât o femeie“, spunea întruna, deși înainte de agresiune demonstra fără probleme că era capabilă să-și facă meseria.

Odette, umilită și rănită din punct de vedere moral, se gândea, înainte de a se întoarce pe vapor: „Soțul meu nu va mai vrea să aibă de a face cu o femeie a cărei onoare a fost pătată“. Însă a descoperit un bărbat hotărât, care a fost alături de ea și a înconjurat-o cu afecțiune.

Situația traumatică a fost gravă pentru amândouă, însă a evoluat diferit, în funcție de persoanele din jurul lor. Marea încercare a pus la pământ familia Sandrei, în timp ce soțul lui Odette a știut să facă în așa fel încât să treacă împreună de această încercare. În ambele cazuri, familiile au fost constrânse să se schimbe. Însă, pe când familia Sandrei s-a cufundat în suferință, cea al lui Odette s-a deschis, confirmând rezistența cuplului, care a căutat să combată necazul.

A înțelege nu înseamnă a vindeca

Dacă familia poate transforma suferința unuia dintre membrii săi, și cultura are posibilitatea de a-i da sensuri foarte diferite. Într-o societate în care șamanii au încă un rol important, ca în Siberia, sunt puține traume psihice. Realitatea este foarte dură, cu experiențe nemiloase, dar imediat ce un membru este rănit, grupul, organizat de către un șaman, este alături de el și îl ajută să se reintegreze, prin ritualuri magice. Este vorba despre controlarea adversității prin mijloace ca incantații, dansuri, măști și formule care alungă spiritul rău și îl ajută pe cel în suferință să reintre în posesia lumii sale interioare zdruncinate de accident. Trauma a existat în realitate ca o rană uneori gravă, însă nu a avut timp să se dezvolte, fiindcă leziunea a fost imediat pansată de către persoanele din jur și încorporată în mitul cultural. În SUA s-a petrecut un fenomen similar, după atentatele de la 11 septembrie 2001. Newyorkezii nu aveau reputație de oameni tandri: „Dacă cineva cade pe stradă, se pășește peste acea persoană, ca să nu întârzie la birou“, era stereotipul. Incredibila oroare a turnurilor care se năruiau arzând a provocat instantaneu un reflex de solidaritate: familiile, prietenii și chiar necunoscuții au sărit să-i ajute pe cetățenii aflați în dificultate. Nu se văzuseră niciodată atâția proprietari de restaurante aranjând mese pe stradă, pentru ca salvatorii să-și poată trage sufletul și să mănânce gratuit, ca apoi să se arunce din nou în primejdie. Lumea întreagă a încercat să priceapă ce se întâmplase și să facă proiecte de apărare... sau de contraatac. În fapt, lovitura a fost imensă, însă în anii care au urmat atentatului, cultura newyorkeză s-a schimbat: oamenii au început să-și vorbească, să se invite unii la alții sau să iasă împreună în oraș, să se ajute reciproc, iar rata sinuciderii nu a fost niciodată atât de scăzută începând din anul 1930! Șamanul siberian și proprietarul newyorkez de restaurant ne îngăduie să înțelegem în ce măsură participă cultura la traumă.

Nu am fost niciodată atât de apropiați de copiii noștri. Nu le-am înțeles vreodată foarte bine lumea intimă și totuși nici ei nu au fost până acum atât de deprimați și de anxioși. Toată lumea se miră de acest lucru, nu însă și dacă admitem că a înțelege nu înseamnă a vindeca și că nu există progres fără un

preț de plătit. Nu foarte demult, când tehnologia nu ne permitea să ieșim din lumea sensibilă, trupurile constituiau principalele unelte prin care se putea acționa asupra realității, într-un mod mai eficient decât ar fi făcut-o mașinile. Bărbații produceau cu spinarea și cu brațele condițiile unui trai mai bun, coborând în mină, iar femeile, care munceau deja mult la câmp și în uzine, perpetuau această cultură prin pântecele lor și aduceau pe lume viitori soldați, muncitori, țărani sau prințese. Astăzi, cei care știu să comande mașinilor comandă lumii, iar această victorie are efectul de a crea o umanitate virtuală cu o lume afectivă extrem de diluată. În Evul Mediu, se trăia într-un univers al reprezentărilor care ne ajuta să suportăm mai bine moartea copiilor ori foametea frecventă. În zilele noastre, grație progreselor tehnice, controlăm mai cu pricepere realitatea, însă bărbații nu mai pot închina ofranda muncii lor femeilor, fiindcă acestea își câștigă singure traiul. Iar femeile își asumă mai puțin rolul de liant familial, deoarece nu mai acceptă să se sacrifice. Această evoluție ne permite să strunim mai bine loviturile aduse de către realitate și să ne împlinim personalitățile, indiferent de sex, însă slăbirea legăturilor reprezintă efectul secundar al acestei ameliorări, dat fiind faptul că fiecare are mai puțină nevoie de celălalt pentru a supraviețui și pentru a se dezvolta. Progresul tehnic și cultural evită un mare număr de traume reale, dar, în situații de impas, ne împiedică să stăpânim consecințele psihice, suprimând efectul-șaman.

Un alt efect secundar al dezvoltării personalității este deparentalizarea. Salarizarea, incontestabilul progres tehnic conferă un substanțial confort bărbaților și o mare libertate femeilor. În Suedia, unde clasificarea socială se face mai puțin pe baza ierarhiei competențelor (experții în vârf, cei mai puțin calificați la bază), se constată că bărbații se realizează mai bine în întreprinderi private, iar femeile se adaptează social mai bine în structurile salarizate stabile, cum ar fi medicina la stat sau instituțiile publice¹⁵⁸. Ceea ce ne face să subliniem că, în caz de traumă, existența unui salariu, care securizează și încetinește activitatea bărbaților, va proteja mai bine femeile și că statul care participă la această emancipare modifică și sexualizează tutorii de reziliență.

De trei decenii înapoi, modificarea legăturilor de cuplu și a rolurilor parentale a schimbat în întregime structura familială în care se dezvoltă copiii noștri. Lumea lor senzorială, ritmurile cotidiene, investirea parentală nu mai

sunt aceleași. Cu 50 de ani în urmă, o fetiță era adusă pe lume pentru a susține viața familială, iar un băiețel era menit să devină „sprijinul părinților la bătrânețe“, într-o societate lipsită de fonduri de pensii. Bebelușii nu mai sunt gândiți astfel, filiația s-a metamorfozat. Copilul nu mai este descendentul părinților săi, mai degrabă este cel care rânduiește căminul, imprimă ritm zilelor, ieșirilor, vacanțelor și mutărilor. Instabilitatea ridicată a noilor structuri familiale creează sisteme cu atașamente multiple care uneori îi fac bine copilului, permițându-i să scape de sub supravegherea unui părinte tiranic sau instabil psihic, dar care pot, de asemenea, să aducă în jurul lui câțiva adulți al căror atașament trecător să nu îi dea timp să dobândească o afecțiune senină.

Viitorul acestui fel de a iubi nu este sigur. Grupurile sociale, familiile sau indivizii care cred că aventura personală reprezintă o valoare prioritară vor apăra aceste tipuri afective. Însă cei care sunt neliniștiți de acțiunile independente vor descoperi virtuțile căsătoriei aranjate „în stil modern“, în care adulții le lasă tinerilor doar o mică posibilitate de alegere. Vor putea astfel să întâlnească câțiva pretendenți în interiorul unui grup religios, social sau rasial, pentru ca sentimentul de apartenență să se păstreze. Legătura dintre generații va fi întărită prin respectul față de înaintași, prin acceptarea valorilor acestora și prin sprijinul afectiv și material pe care îl vor primi în schimb.

Orientarea între cele două strategii sociale ale cuplului se va realiza în funcție de context. Când independența este dificilă, apartenența la un grup capătă un efect protector. Acesta arată calea de urmat și partenerii din rândul cărora este convenabil să alegi. Însă dacă contextul social se îmbunătățește, dacă munca este ușoară, locuința, accesibilă și morala, tolerantă, povara parentală devine o piedică în drumul împlinirii tânărului. Acest paradox nu este o contradicție, pentru că am învățat că afecțiunea parentală constituie baza siguranței care îi asigură tânărului forța de a ieși din adăpostul familiei. Într-un context social firesc, conflictul devine o speranță eliberatoare¹⁵⁹. Într-o societate cu probleme, te supui cu bucurie grupului familial, te refugiezi acolo, acesta apărându-ne și dirijându-ne. Dar, într-o civilizație tolerantă, familia care îi insuflă tânărului puterea de a pleca poate fi o piedică dacă nu este înlocuită de o comunitate primitoare.

V. INFERNUL DREPT MOȘTENIRE

Memorie și vinovăție

Ceea ce le transmitem copiilor noștri depinde probabil de un ansamblu de forțe deopotrivă benefice și malefice, lucruri pe care le învățăm fără știrea partenerilor lor și pe care, fără să își dea seama, le interiorizăm. Împărtășirea este inevitabilă, deoarece nu putem fi alături de cineva, nu putem iubi fără a comunica. Cum are loc acest proces și ce modifică în lumea intimă a partenerilor de viață? Aceasta este enigma. Întâlnim cu ușurință mulți copii, mai mici sau mai mari, ai căror părinți și bunici au fost traumatizați. Studiind transformarea progresivă a părinților răniți și a copiilor lor, se poate încerca clarificarea acestei probleme.

200 000 de supraviețuitori ai persecuțiilor naziste locuiesc astăzi în Israel. Erau foarte tineri pe vremea Shoahului, însă este posibil să evaluăm modul în care au trăit cu acea imensă durere timp de 50 de ani. Cea mai mare parte (90%) și-au petrecut anii de copilărie în Europa de Est, în familii înstărite și educate¹⁶⁰. Când a izbucnit războiul, cei mai marișori au intrat în Rezistență, încă de la vârsta de 14–15 ani (8%), unul din trei a mers în lagărele morții și 59% au fost ascunși.

Supraviețuitorii lagărelor au trăit într-o depresie constantă. Copiii ascunși au avut o evoluție asemănătoare. Au fost mai puțin afectați de realitatea războiului, însă personalitatea lor s-a dezvoltat în jurul unei interdicții de afirmare: „Dacă spui cine ești, vei muri, odată cu cei care te iubesc, și va fi vina ta“. Mulți dintre cei care au ieșit vii din lagărele de concentrare, după ce înduraseră oroarea realității, au avut de suportat și această interdicție culturală: „Ceea ce ți s-a întâmplat este îngrozitor, dezgustător, să nu mai vorbești despre asta. Trebuie să uiți trecutul“. În ambele cazuri, cei care învinseseră moartea, ajunși la vârstă adultă, au continuat să răspundă imaginii întipărite în mintea lor: „Ești periculos și respingător“. Pentru ei, sfârșitul războiului nu a fost decât începutul unei alte forme de nefericire.

Tinerii mai mari din Rezistență au suferit într-o măsură mai mică de depresie

cronică. În memoria lor, își făcuseră despre ei înșiși o reprezentare victorioasă. În ciuda necazurilor, erau mândri, iar acest sentiment i-a bucurat în vremurile de durere.

Oricare a fost vârsta la care s-a produs trauma și indiferent de condițiile în care a survenit, aproape toți au prezentat două trăsături caracteristice celor care reușesc să iasă dintr-o situație dificilă: vinovăția și hipermnzie. În mod curios, culpabilitatea i-a integrat social, căci deveniți hipersensibili la nenorocirile lumii, nu puteau să-și liniștească acest sentiment neplăcut decât angajându-se într-o luptă socială. Așadar, au citit, au avut întâlniri, s-au supărat, s-au amuzat și au iubit, acumulând astfel o seamă de factori de reziliență. Copiii care au trăit în medii care nu încurajau asemenea angajamente au devenit cu mare dificultate rezilienți.

Hipermnzia celor traumatizați este fie o sechelă, fie un punct forte al personalității, în funcție de cât de mult permit contextele familiale și culturale să fie folosită. Atunci când anturajul împiedică modificarea acestei memorii, subiecții rămân prizonieri ai trecutului. Imaginile întipărite în creierul lor, din cauza emoției extrem de puternice provocate de eveniment, explică revitalizarea figurilor înfricoșătoare la care se gândesc pe timp de zi și revenirea lor noaptea, sub formă de coșmar. Însă dacă familia, cartierul sau cultura îi dă rănitului ocazia de a se exprima, această hipermnzie oferă precizie ideilor reprezentate, producțiilor artistice sau angajamentelor filosofice care, conferind sens vieții lor rănite, le oferă un factor prețios de reziliență. În jurul hipermnziei traumei reperele sunt vagi, fiindcă persoana în cauză, încremenită de stupefacție în urma agresiunii, nu are flexibilitatea mentală a unui copil crescut într-un mediu sigur. Cel care a suferit trauma psihică se supune poveștii sale de viață sau scapă folosindu-se tot de ea. Alegerea e următoarea: este constrâns să repete sau să se elibereze.

A suferi și a se reclădi: ce comunicăm

161?

Dacă facem un bilanț la 50 de ani după această catastrofă, constatăm că cea mai mare parte dintre cei care au scăpat atunci, în ciuda tuturor obstacolelor, și-au făcut o familie și s-au reintegrat în societate, având un univers intim presărat cu momente de suferință și un stil de viață caracteristic. Însă marea surpriză a fost să remarcăm cum greutățile lor interioare nu au stat în calea unor frumoase reușite sociale. Poate chiar din contră, forțarea de a se îndepărta de monstruozitate le-a dat un curaj peste măsură. Strădania de a nu se lăsa pradă acesteia i-a împins spre performanța pe plan social, disociată de universul interior dureros încă.

Importante succese școlare pot fi atribuite, probabil, unor astfel de acte de apărare¹⁶². Copilul anxios nu se simte bine în momentul în care ridică capul din cărți, cel maltrat nu își recapătă demnitatea decât la școală, cel abandonat nu se simte iubit decât la liceu, descendentul unui imigrant nu poate valoriza necazul părinților decât dacă triumfă în societate. Toate aceste forme de curaj morbid lămuresc reușitele lor sociale, însoțite de greutăți intime. Aceste succese paradoxale constituie un beneficiu secundar al apărării lor nevrotice. Mulți anxioși și temători în fața societății nu se simt în largul lor decât în cadrele delimitate ale școlii sau în circuite instituționale. Această adaptare poate conduce la un rezultat bun școlar sau social, însă nu poate fi numită reziliență. Pentru a folosi acest cuvânt, ar trebui ca subiectul să fi realizat o muncă de transformare emoțională cu privire la modul în care se gândește la rana sa. Dar reușitele acestea paradoxale care au profitat de o traumă, adaptându-se la aceasta, nu modifică reprezentarea. Nu numai că nu este vorba aici de reziliență, dar, mai târziu, acest tip de apărare scoate la iveală trauma – pe care o credeam uitată, pe când era pur și simplu evitată sau ascunsă. Reîntoarcerea la viață după o agonie psihică provocată de o traumă este posibilă atunci când condițiile intime pot să formeze un ansamblu coerent cu împrejurimile și cu o cultură care au dirijat renașterea. Subiectul

rezilient devine astfel un părinte bizar, pasionant și îngrijorător pentru copilul care trebuie să se dezvolte în raport cu el.

Există astăzi o metodă lingvistică și, în același timp, etologică de a permite observarea modului în care lumea interioară a unui astfel de părinte poate dirija evoluția copilului care se atașează de el. Nu este vorba despre o transmitere a mentalității, totuși, psihismul părintelui stimulează o dezvoltare particulară a micuțului.

Mary Main a fost prima care a încercat acest raționament. Timpul sufletului nu este totuna cu timpul lumii¹⁶³, însă felul în care vorbim despre acesta traduce o părțică din suflet și o propune realității. Iată de ce această lingvistă a început prin a analiza structura narativă a femeilor însărcinate. 12 luni mai târziu, a observat cum copiii acestor femei stabilesc cu ele schimburi afective, și după 18 luni a încercat să vadă cum se atașează acești copii de tații lor¹⁶⁴. Rezultatele sunt clare: lumea intimă a mamei și felul ei de a vorbi permit anticiparea modului în care acel copil va iubi. Însă simpla prezență a tatălui poate modifica acest stil.

Există, în mod schematic, patru stiluri narrative care pun o fărâmă din suflet în lumea lucrurilor:

- Un discurs „autonom-sigur“, în care memoria semantică este congruentă cu memoria episodică și în care cuvintele descriu amintiri ale imaginilor corespunzătoare: „Îmi plăcea mult când mama îmi spunea să îmi fac bagajele, pentru că plecam în vacanță“.
- Un discurs „detașat“, care desparte aceste două forme de memorie. Reprezentările verbale se pot separa de reprezentările de imagini: „Mama era bună... Mă închidea în camera mea când pleca în vacanță“.
- Un discurs „preocupat“, vigilent, fascinat de resimțirea unui sentiment din trecut: „Mă gândesc mereu la ce mi s-a întâmplat, mă revăd în dulap și îmi apare imaginea mamei mele plecând în vacanță, încerc să înțeleg“.
- Un discurs „dezorganizat“, amețit, exprimat prin imagini și cuvinte dezordonate, care prezintă realității fragmente ale unui suflet confuz: „Mama pleca în vacanță fără mine“.

Un an mai târziu, copiii sunt observați în situația standardizată care permite descrierea felului lor de a iubi. Aceștia dau dovadă, schematic, de patru tipuri afective¹⁶⁵:

- Un atașament împăcat dacă, în urmă cu 12 luni, înainte chiar de nașterea lor, mama a avut un discurs securizant.
- Un atașament evitant, atunci când mama a avut un stil narativ detașat.
- Un atașament ambivalent, dacă mama vorbea într-o manieră preocupată.
- Un atașament confuz, atunci când mama era dezorganizată.

Prin urmare, nu conținutul lumii interioare a mamei a fost transmis copilului, ci o parte din suflet exprimată verbal cu care a fost înconjurat senzorial cel mic și care l-a învățat un tip de dragoste. Atunci când aceste discursuri devin rutină, într-o perioadă de dezvoltare în care micuțul posedă o hipermnemie biologică, acest fel de comunicare maternă călăuzește deprinderile afective pe care le va căpăta copilul.

Trup lângă trup și comunicare mentală

Acest act care transportă o bucățică din lumea mentală a cuiva pentru a o impregna în celălalt a fost remarcat de multă vreme la animale. Privarea afectivă a unei femele macac care a fost izolată în copilărie îi va altera foarte puternic dezvoltarea. Când devine puberă, fluxul hormonal o împinge către sexualitate, însă evoluția sa precară nu îi va permite să învețe ritualurile de interacțiune care facilitează întâlnirea sexuală. Motivată de prezența masculilor, se apropie de aceștia, dar, speriată de incapacitatea sa de a comunica cu ei, îi mușcă sau o ia la goană. Prin urmare, trebuie prinsă, pentru a i se face o inseminare artificială. Câteva luni mai târziu, micuțul care de-abia a venit pe lume nu se poate detașa de mama sa. O urmează peste tot, nu o scapă din ochi și-i pândește fiecare mișcare. Fascinat de această mamă cu probleme, nu poate învăța să se joace sau să socializeze în lumea sa. Așadar, atunci când, la rândul său, fluxul hormonal al pubertății îi trezește sexualitatea, se apropie de femelele care îl atrag și le mușcă sau fuge... exact cum făcea mama sa, cu mult timp înainte ca el să apară¹⁶⁶. O observare directă a acestei patologii nu ar putea niciodată să dezvăluie faptul că originea tulburării acestui mascul tânăr se explică printr-o carență afectivă suferită de mama sa când era mică. Înainte de toate, în cazul animalelor, pentru a răspunde problemelor transmisei între generații, trebuie realizate cercetări longitudinale.

Câteva ani mai târziu, am ajuns să demonstrăm că lumea mentală a proprietarilor de câini poate să modeleze comportamentul animalelor lor¹⁶⁷. Un cuplu de tineri cumpără un dalmațian elegant și alert, apoi îl adoptă pe „Pupuce“, un maidanez mustăcios. Dalmațianul îl domină pe maidanez până în momentul în care cei doi soți divorțează. Atunci când stă acasă la ea, care îl preferă pe vioiul dalmațian, Pupuce continuă să se lase stăpânit, mănâncă după câinele preferat, doarme izolat și se dă la o parte când trece acesta. Dar când se află la el acasă, acesta preferându-l pe Pupuce, raporturile se schimbă, iar dalmațianul este cel care pleacă capul, stă cu coada între picioare, nu mănâncă bine, tresare din nimic, are incontinență urinară și se

ține la distanță. Prin urmare, o reprezentare intimă a oamenilor ar putea să fie transmisă fără cuvinte, de la corp la corp – mediată prin biologia interacțiunilor –, și să acționeze asupra universului emoțional al unui câine, să-l facă fericit sau să îl împiedice să se bucure.

În aceeași perioadă, specialiștii în probleme de familie constatau că anumite efecte se transmit de-a lungul generațiilor, cu avantaje și cu dezavantaje, sub formă de „obligație morală“ sau de „conflict de loialitate“¹⁶⁸. Lumea vie părea organizată în jurul unui șir de forțe care, pornind din universul mental al unuia, ajungea să-l transforme pe celălalt. „Psihanaliștii s-au străduit multă vreme să integreze acest concept (de transmitere între generații) în modelările lor, din cadrul cărora face parte, de acum încolo, în întregime¹⁶⁹.“

În zilele noastre, nimeni nu mai contestă faptul că starea de spirit a părinților, dispoziția lor, trecutul care îi înveselește sau îi întristează și care atribuie o semnificație aparte fiecărui obiect, fiecărui eveniment structurează în același timp imaginea pe care un copil și-o face despre el însuși. Intersubiectivitatea nu reprezintă o comunicare a gândurilor, cu toate că reprezentările intime ale unui individ modifică modul în care se simte celălalt. Atașamentul este cel care, prin gesturi, mimici (uneori insesizabile) și stil narativ, pune în mișcare transmiterea și îi conferă putere¹⁷⁰.

Confirmările experimentale sunt numeroase¹⁷¹ și acum putem înțelege cum se produce transmiterea unei suferințe sau a rezilienței.

Propagarea lumilor mentale este pusă în mișcare prin ritualuri de interacțiune între o mamă și copilul ei. De fapt, orice figură de atașament deține această forță: tații, frații, prietenii și oricare persoană iubită pot modifica tipul afectiv de bază, îl pot întări sau slăbi, în funcție de unirea stilurilor afective. Când un tată vorbește despre relațiile din trecut cu propriii părinți, povestește practic cum a învățat să iubească. Acest lucru permite intuirea modului în care va fi alături de viitorul său copil. Această bulă senzorială de gesturi, de zâmbete și de muzicalitate verbală cuprinde copilul într-un înveliș de sensuri. În acest fel se materializează partea perceptibilă a poveștii de viață paterne care se imprimă în mintea micuțului.

Transmiterea modurilor de a iubi

Este dificil, în acest tip de comunicare, să spui că o singură cauză provoacă un singur efect, pentru că o durere sufletească a mamei îi poate lăsa copilului o impresie care va fi poate modificată de trecutul patern, apoi de reacția emoțională a familiei sau de către vecini și, în fine, de poveștile pe care cultura le va țese din această rană. Fiecare dintre sursele menționate exercită o presiune și lasă o amprentă mnezică a cărei forță depinde de stilul de atașament și de distanța afectivă. Dacă vânzătoarea îmi spune că nu mă iubește, voi fi deranjat câteva secunde, dar dacă soția mea pronunță aceeași frază, consecințele vor fi grave.

Acest lucru explică în ce fel toate atașamentele se transmit în moduri diferite. Când se cercetează felul în care se reglează legătura într-o populație de mame cu stil narativ „preocupat“, se remarcă ușor că aceste femei sunt constant în alertă și preocupate de propriul trecut. Însă observăm la fel de clar cum copiii nu sunt atinși de această situație și că un număr deloc neglijabil dintre ei au reușit totuși să deprindă un atașament echilibrat, chiar dacă au crescut lângă o mamă copleșită și anxioasă¹⁷².

Două tipuri de legături se transmit cu precădere: atașamentul securizant, în care micuțul se dezvoltă cu plăcere, și atașamentul dezorganizat, în care orice informație provoacă o situație critică. Celelalte feluri de atașament se transmit mai puțin, fiindcă, în jurul copilului, tatăl, sora mai mare, o mătușă, un coleg de școală, un preot, un antrenor îi propun copilului un alt soi de legătură, de care se poate agăța și scăpa de fatalitatea moștenirii. Acest efort, aproape inconștient și ușor de făcut într-o ambianță senină, devine dureros într-o familie care suferă. Totuși, o evoluție rezilientă rămâne posibilă, de vreme ce există în jurul copilului alte posibilități de a înfiripa legături¹⁷³. La toate acestea se adaugă și faptul că afecțiunea unei mame pentru copilul său este permanent modificată de relația pe care o are cu soțul ei. Chiar și rutina cotidiană se schimbă în funcție de cei care îi sunt aproape: „Pentru a ajuta o mamă să-și dezvăluie capacitatea de holding [deținere], este de ajuns să te

porți cu ea într-un fel care demonstrează că îi recunoști natura esențială a sarcinii sale în ceea ce privește dezvoltarea copilului¹⁷⁴. Această frază a lui Winnicott mă duce cu gândul la o doamnă care fusese maltrată sever de către tatăl său. Mi-a explicat că, exact în momentul în care îl aducea pe lume pe băiețelul ei, a trăit o criză violentă de angoasă, căci și-a spus: „L-am văzut pe tata între picioarele mele“. Acest exemplu ilustrează până la ce punct răspundem la o percepție prezentă (copilul pe cale să se nască), pe care o punem în legătură cu o reprezentare de sine întipărită în memorie (un copil agresat). Apoi, această doamnă a adăugat: „Atunci când sunt singură cu băiatul meu, mă gândesc încontinuu la tata și, ca să mă apăr, îmi maltratez copilul. Însă dacă soțul meu este prezent, simt că sunt femeia lui și atunci nu-l mai fac pe copil să sufere“.

Din această observație se poate deduce faptul că în culturile care organizează în jurul unui copil sisteme familiale cu atașamente multiple sporește protecția afectivă și – în cazul unor întâmplări nefericite – posibilitatea de reziliență, cu condiția să nu se confunde atașamentul multiplu stabil, securizant și dinamizant, în același timp obișnuit și antrenant, cu un grup de bondari care vin și pleacă, fără vreo posibilitate de atașament. Dacă totul se schimbă permanent, mediul nu îi lasă timp micuțului pentru păstrarea în memorie a unui stil relațional care, prin repetiție, să devină o trăsătură a personalității sale. Într-un astfel de sistem instabil, probabilitatea ca cel mic să dezvolte atașamente nesigure este mai mare. Ceea ce ne face să subliniem faptul că un copil trebuie crescut de către un grup de adulți diferențiați prin vârstă și prin rolurile lor și uniți prin afecțiune și prin proiecte.

Regăsim astfel schema psihanalizatorilor englezi¹⁷⁵. Dacă în jurul copilului există un haos afectiv, în abilitățile pe care le va dobândi se va impregna probabil atașamentul dezorganizat, dar dacă, din contră, copilul se dezvoltă într-o închisoare afectivă, trauma mamei sau a figurii de atașament va fi transmisă deplin și direct în mintea copilului.

Doamna Lou avusese o copilărie îngrozitoare, cu părinți alcoolici care se băteau între ei și își băteau zilnic, dar absolut zilnic, și copiii. Această doamnă spunea întruna: „Detest bărbații“, fiindcă gândea că ei sunt cauza tuturor nenorocirilor. A făcut ce trebuie să faci pentru a avea un copil, minimum sexual pentru a purta un copil de la care aștepta toate fericirile din

lume. De-abia rămasă însărcinată, s-a debarasat de plantatorul de vlăstar, fiindcă nu îl putem numi „tată“, și a rămas, cum își dorea, singură cu copilul-speranță. De cum a venit pe lume fetița, mama, panicată, admonesta personalul medical, țipând: „Grăbiți-vă, faceți ceva, nu vedeți că vrea să moară?“ Copilașul era frumos și sănătos, își făcea doar datoria de bebeluș care respiră, sugă și doarme, însă mama îi atribuia propria fascinație față de moarte și era înnebunită văzând ce proiecta asupra bebelușului. Primul an a fost o perioadă de iubire-pasiune, în care viața mamei se organiza în funcție de nevoile copilului, alternând momente de bucurie intensă cu frica îngrozitoare de moarte, de fiecare dată când fetița era un pic răcită sau avea un spasm digestiv. Copila avea puțin peste trei ani când mama i-a telefonat psihologului plângând, deoarece micuța o lovise, iar ea nu știa ce să facă. La vârsta de 10 ani, fata a spus: „Mă doare burta, sper să fie grav“. Avea 12 ani când a declarat: „Aș vrea să mor împreună cu mama, însă mi-ar plăcea ca un bărbat să ne omoare“. Din fericire, la adolescență, sora doamnei Lou, care fusese, la rândul ei, maltratată, însă evoluase spre o formă de reziliență, a făcut posibilă instalarea unei mici distanțe între această pereche tragică. Închisoarea afectivă construită de mama chinuită, care găsisese în bebelușul său singurul motiv pentru a trăi, înlesnise practic transmiterea unei mentalități. Pentru a lupta împotriva vidului său afectiv, mama își pusese toate speranțele în copilul-speranță, alături de care își imagina o dragoste perfectă. Această reprezentare maternă provocase în fetiță „o relație hipnotică [...], o veritabilă amprentă [...] care schițase construcția psihologică a relației în doi“¹⁷⁶. Însă această amprentă exclusivă dădea și celei mai mici separări un gust de abandon și de disperare soră cu moartea. Mama spunea: „Nu vreau să comunic cu alții, acest lucru o va îndepărta de mine... Nu vreau să aibă prieteni, vreau să mă iubească numai pe mine... Nu vreau să mergă la școală“. O mamă care avea un atașament securizant ar fi simțit plăcere și ușurare văzând că fiica sa nu stă doar după fusta ei, ci se dezvoltă și în altă parte. Doamna Lou simțea o bucurie mare atunci când o strângea pe fata sa la piept. Însă acest extaz aducea aproape imediat în prim-plan o teamă de abandon, fiindcă copilul dorea să vorbească și să mergă la școală. Acest tip de dragoste a permis transmiterea unui mod de gândire, fiindcă mica prizonieră nu a putut întâlni un alt mod de atașament care să o fi ajutat să scape din iubirea înspăimântătoare a mamei sale. Amprenta a fost transmisă de la suflet la suflet prin proximitatea trupurilor, fără putință de desprindere.

Munca prin cuvinte permite o distanțare afectivă, o viziune de la depărtare, cu condiția să se adreseze altcuiva, pentru a domoli reculul. Modul de a vorbi compune o bulă senzorială, un înveliș de semnificate care înconjoară copilul și îl pătrund prin canalele de comunicare stabilite între cei care formează o legătură. Se întâmplă rar ca această vecinătate să fie exclusivă. Cea mai mare parte a timpului, mama și copilul iubesc pe altcineva, ceea ce împiedică orice fel de claustrare afectivă. Existența unei constelații de atașamente îl protejează pe copil. Invers, în caz de captură afectivă, mamele nesigure transmit un atașament confuz în proporție de 90% dintre cazuri. Mamele sigure nu transmit atașament sigur decât în 75% dintre cazuri, pentru că tatăl poate lăsa o amprentă mai puțin favorabilă sau fiindcă o soră sau un alt membru al familiei poate participa la încheierea unei legături mai dificile. În schimb, mamele nehotărâte, evitante sau ambivalente nu transmit acest deficit relațional decât în 50% dintre cazuri, deoarece copilul, nesimțindu-se bine cu părintele, încearcă să se dezvolte în contact cu altcineva. Transmiterea afectivă este o tendință care poate suferi modificări dacă anturajul organizează în jurul micuțului o pătură formată din diferite forme de atașament. Copilul poate astfel scăpa din nefericirea unui părinte.

Cum se transmite o traumă

Lucie avea cinci ani când părinții ei, ziariști, au angajat o guvernantă, pe Irène, care fusese la Auschwitz. Bucuroasă, tânăra femeie și-a lăsat cei doi copii în grija familiilor la care fuseseră ascunși în timpul războiului. Le plăcea acolo mult, iar Irène era rușinată să se prezinte în fața lor ca o stafie revenită din morți. În căminul jurnaliștilor era veselie toată ziua, fiindcă nu erau obsedați de oroarea trecutului. Irène a avut senzația că aici putea trăi din nou, spre deosebire de situația în care s-ar fi întors acasă, unde toată lumea știa că-și pierduse soțul și doi dintre copii. Simpla prezență a martorilor din familie îi amintea monstruoșitatea de care voia să scape. Irène iubea viața și își dorea să meargă mai departe. Existența mută a supraviețuitorilor din familia sa nu i-ar fi permis să se rupă de trecut, pe când acasă la acești gazetari se vorbea numai despre viitor. Timp de câțiva ani, totul a fost perfect și bucuria revenise după coșmar. În familia ei de origine, în care toți purtau doliu, o astfel de euforie ar fi șocat, însă la perechea la care stătea Irène, era evocată deseori forța caracterului său. Îi era oarecum rușine de fericirea pe care o trăia și evita să-și întoarcă fața spre trecut. O parte din ea gusta fiecare clipă și participa la această sărbătoare inventând surprize plăcute pentru copiii din cartier, mici spectacole de teatru, banchete neprevăzute, dulci cântece idiș pentru a o legăna pe Lucie. Fericirea și abilitatea de a simți fericire!

Partea întunecată din Irène câștiga încet teren, iar umbra trecutului revenea în fiecare seară. Bucuria nu mai era o certitudine. Mica Lucie o adora pe Irène și ușurința sa de a transforma în poezie cea mai neînsemnată întâmplare. Într-o seară, copila a rugat-o să traducă un cântec, atât de suav, de frumos și de trist: Es brennt, briederler, es brennt..., „De ce arde?“, a întrebat Lucie. Irène a fost luată pe sus de un șuvoi de frică, da, de „un șuvoi“, nu era un acces, cum spunem de obicei, era un puhoi de imagini și de emoții care a inundat-o brusc. Irène, care cânta, râdea neîncetat și vorbea mult, își închisese, ca într-un cufăr, ca într-un coșciug, o parte din trecutul său, din personalitatea sa, din ceea ce însemna ea ca om, o moarte imensă la începuturile ființei sale, soțul ei mort, doi dintre copii morți, părinții morți, aproape toată familia moartă,

mulți dintre prieteni și dintre vecini morți, cultura sa moartă aproape în întregime, țara ei de origine la fel. Cum să trăiești cu așa ceva, când îți place viața? Fugi de cei care sunt încă vii și îți amintești de morți. Continui să exiști doar cu o parte minusculă din tine, râzi, vorbești, cânti, când ai șansa să fii guvernantă într-o familie de oameni atât de simpatici și să ți se facă favoarea de a fi iubită de către copilul lor.

Atunci, Irène a simțit nevoia să îi răspundă lui Lucie, care se pregătea să adoarmă, despre vecinul cel drăguț care venea în fiecare seară să mănânce heringi cu sos de smântână și să bea un păhărel de votcă și care, într-o zi, a apărut împreună cu 30 de necunoscuți și a început să spargă mobila și capul tatălui ei, a povestit despre copiii drăgălași pe care i-a avut, atât de curați și de bine-crescuți, despre cei doi dispăruți, pe care îi zărise ultima dată numai piele și os și foarte murdari, a istorisit despre violența absurdă a poliției, despre senzația de moarte iminentă, despre denunțurile vecinilor și despre trecătorii umiliți.

În aceeași seară, Lucie suferea deja de primele simptome ale unei traume psihice provocate de groaza pe care copila nu o cunoscuse, dar pe care adorabila Irène tocmai i-o transmisese de la suflet la suflet.

Scindarea a făcut-o pe Irène să sufere mai puțin din cauza ororii din trecut. O parte a personalității sale a înflorit în realitatea de după război, în timp ce cealaltă, partea întunecată, era ținută ascunsă în ea, pentru a evita revenirea durerii. Uneori chiar, tânăra femeie își plăsmuia un trecut imaginar care o ajuta să nege realitatea înspăimântătoare. În clipele de solitudine care lăsau groaznicile amintiri să dea năvală, Irène se apăra de ele închipuindu-și că pe cele două fiice dispărute le trimisese după lapte, chiar înainte ca polițiștii să apară, salvând astfel copilele de la moarte. Se bucura de această iluzie. Inventa alteori un alt scenariu, în care modifica amintirea asasinatului tatălui ei. Vecinul amabil nu distrusese mobilierul și capul tatălui său, ba din contră, intervenise și oprise ravagiul ucigaș, explicând că această familie muncitoare nu comisese nici o crimă. În acel moment, haita, calmată brusc, se retrăgea. Schimbând reprezentarea poveștii sale, Irène îndura mai bine prezentul, dar nu își înfrunta nenorocirea trecută. De cum îi scădea vigilența, din clipa în care înceta să fie veselă și să se implice în activități poetice, generoase, inventive, care plăceau atât de mult familiei de ziariști, urmele trecutului se

trezeau. Fuseseră domolite de această adaptare calmantă, nicidecum modificate printr-o muncă de reziliență. De aceea, într-o seară, pe când Lucie și guvernanta sa stăteau moleșite una lângă alta, într-o deplină încredere afectuoasă, vorbele îngrozitoare au ieșit în întunericul dormitorului, pe când copila era pe cale să adoarmă, transmițându-i trauma în mod direct, prin legătura sufletească din ele. După această noapte, timp de 40 de ani, Lucie a avut coșmaruri și a trăit cu teama că vecinii vor intra peste ea și îi vor distruge mobila și toată viața. Dar tot ea astăzi se recuperează prin reziliență psihologică, ceea ce Irène nu a putut face. Lucie este cea care, adultă fiind, înfruntă trecutul lui Irène, face cercetări despre Holocaust, se implică în acțiuni militante, unde și-a întâlnit soțul. Ea este cea care modifică emoția provocată de nefericirea trecută, dând sens răni transmise de istorisirile lui Irène.

Guvernanta se adaptase celor două pulsii intense și opuse: o dorință de nestăpânit de a fi fericită și o imensă suferință provocată de moartea unui număr mare de persoane apropiate ei. Fără să vrea, perechea de ziarști adâncise scindarea, aplaudând partea vivace a personalității sale și descurajând orice meditație asupra trecutului. Supraviețuirea psihică a lui Irène era plăcută în acest cămin care nu suferise de pe urma războiului, în timp ce, în familia ei, cei câțiva oameni rămași în viață trăiau alături de morții lor. Dacă ar fi încetat să vorbească despre ei, ar fi avut sentimentul că îi abandonează, iar dacă ar fi acceptat să fie fericiți după dispariția lor, ar fi simțit că îi trădează. Pentru Irène cea veselă, alegerea era limpede: a trăi lângă supraviețuitori, în compania morților, sau a se desprinde, pentru a smulge o fărâmă de fericire, o speranță disperată, un pic de viață în plus, în așteptarea morții. Reziliența ar fi permis o metamorfoză lentă a reprezentării marilor necazuri. Detașarea, care a păzit o fericire imediată, a lăsat, mai târziu, fantomele să revină.

Acest lucru nu înseamnă că dacă urla la moarte îi aperi pe cei pe care îi iubești. În aceeași perioadă, comuniștii deveneau „partidul împușcaților“. Mai bine de 20 000 de oameni au fost executați după o judecată rapidă sau asasinați în închisori și în lagărele de exterminare. Am cunoscut câțiva supraviețuitori care s-au întors plini de furie, indignați de ceea ce văzuseră și înduraseră. Au vorbit, urlat, evocat, comemorat, publicat, organizat reuniuni, tapetat ziduri cu fotografii halucinante: a fost nevoie de îngrijiri pentru toți

copiii lor! Proximitatea afectivă a acestora, reveniți în familiile lor, le-a dat puterea de a transmite o traumă fără nuanțe. Realitatea însăși este ambivalentă. Există mereu un gest liniștitor în cea mai mare spaimă, un surâs în groaza de nedescris, un colț de cer albastru chiar și la Auschwitz. Copiii acestor comuniști deportați au primit o reprezentare a ororii pure, fără ambivalență, fără nuanțe, amplificată de dorința de a convinge. În fiecare zi, ei au fost scâldați în atrocitatea relatărilor. Pentru părinți, era vorba de o apărare legitimă. Partidul comunist folosea aceste imagini pentru a face din ele un argument politic, iar odraslele lor se dezvoltau într-o lume în care cruzimea era iminentă. Nu aveau curaj să intre în camera lor seara, fiindcă își imaginau că sub pat sunt stivuite cadavre, se așteptau ca dușmanul de clasă să încerce să îi asasineze. Mulți au suferit de tulburări anxioase.

Secretele au fost mai frecvente decât se spune, însă, de vreme ce erau secrete, s-a vorbit puțin despre ele și s-a conchis că nu prea au existat. De când conceptul de reziliență a luat amploare în Europa, în cele două Americi și în Orientul Apropiat, primesc o extraordinară corespondență prin poștă, compusă din scrisori anonime amabile: „Dragă confrate, înțelegeți de ce nu semnez această epistolă, mai ales dacă vă spun că sunt născut în anul 1943. Tatăl meu, soldat german, a dispărut în 1944, în debandada retragerii. Mama a fost nevoită să mă dea la orfelinat. Nu am putut să-mi urmez calea și să fac studii decât tăcând și ascunzându-mi originile. Dacă aș fi vorbit despre toate aceste lucruri, aș fi fost respins. 60 de ani mai târziu, fac aceeași meserie ca dumneavoastră, sunt psihiatru, însă tot trebuie să îmi țin în secret copilăria“¹⁷⁷.

În Franța sunt în jur de 200 000 de copii născuți din aceste întâlniri amoroase. Nu au existat crime. Ba din contră, tinerii părinți au avut o personalitate destul de puternică pentru a scăpa presiunilor stigmatizante ale mediului: „Un neamț este o brută... o franțuzoaică este o curvă“. Acești oameni tineri nu s-au conformat stereotipurilor disprețuitoare care înlesneau la acea vreme structurarea unor grupuri ce aveau nevoie de un bagaj de ură pentru a pleca la război. Din contră, s-au văzut unii cu alții ca persoane, și nu în funcție de prejudecată. Cuplul bazat pe iubire scapă presiunilor sociale, religioase sau ideologice. Într-un context de război, o astfel de întâlnire de dragoste însemna „trădare“, în timp ce într-o perioadă de pace s-ar fi numit „toleranță“. Actul de iubire este același, indiferent de cultură, dar un context social diferit îi

poate da un sens de nelegiuire sau, la fel de bine, de minunată aventură.

Această situație este diferită de cea a franțuzoaicelor seduse de nazism. Ele erau, de cele mai multe ori, căsătorite și aparțineau unui grup social care colabora cu dușmanul. Probabil nu au fost mulți copii născuți din această complicitate.

În Siria, anumiți oficiali naziști au fost primiți și protejați în anii de după război. Copiii lor, perfect integrați, sunt mândri de eroismul taților lor, membri SS. Nu a trebuit să-și țină ascunse originile și rostesc cu toată puterea sloganuri naziste. Ceea ce este îi transmis copilului ai cărui părinți au fost traumatizați depinde atât de modul în care rănitul vorbește despre suferințele lui, cât și de mitul pe care cultura sa îl construiește sau nu referitor la aceste răni.

Hélène a fost mulțumită de ea atunci când s-a apărat trimițându-și tatăl la închisoare. O violase ani de-a rândul, în cadrul unor jocuri sexuale sadice. Acestei apărări legitime i-a adăugat publicarea unei cărți în care afirma că incestul se manifestă în realitate, la o vreme în care se credea că nu există decât în fanteze. Apoi a întâlnit un partener gentil, cu care a avut un băiețel. Hélène reușise să modifice cultura socială, care, datorită ei, a descoperit o agresiune sexuală negată până atunci, însă nu a avut timp să capete respectul celor de pe stradă, dintre care unii o opreau să o întrebe, în prezența copilului: „Micuțul e făcut cu tatăl dumneavoastră sau cu soțul?” Ceea ce a primit copilul din reziliența mamei a fost modificat de neobrăzarea câtorva trecători. A doua zi după ce această întrebare fusese rostită, băiețelul a început să sufere de enurezis și de tulburări anxioase.

Interpretarea moștenirii transmise

Copiii persoanelor traumatizate nu sunt pasivi în ceea ce privește moștenirea transmisă, pentru că au deprins o manieră preferențială de a percepe lumea, pe care o interpretează și la care reacționează în funcție de propriul stil afectiv. Peter a știut mereu că tatăl lui supraviețuise coșmarului de la Auschwitz, însă felul vag al acestuia de a vorbi despre acest lucru îl făcuse pe copil să se abțină de la unele întrebări.

- Tatăl spunea: „Nu voiam să-i aduc la cunoștință ororile pe care le îndurasem. Doream să îl protejiez“.
- Fiul spunea: „Evitam să vorbesc despre subiecte pe care ținea să le ocolească“.

Tatăl voia să își ferească fiul, iar fiul dorea să respecte interdicția nonverbală a părintelui său. Ordinea domnea, la fel ca suferința, precum o stare de indispoziție insidioasă care încetinește schimburile de păreri, din dorința prea mare de a le controla. De fapt, cei doi bărbați trăiau într-un paradox afectuos, unde faptul că fiecare voia să îl protejeze pe celălalt le afecta relația.

Se întâmplă ca tatăl rănit să fie atât de slăbit, încât copilul să îi simtă revenirea acasă ca pe o povară în viața de zi cu zi. Micuțul nu se simte în largul său în acest înveliș de semnificații apăsător. Copleșit de nefericire – pe când, înainte de întoarcerea fantomei, când era doar cu mama sa, se simțea fericit –, dă sens nemulțumirii printr-o interpretare agresivă: „Faptul că tata s-a întors din lagăr înseamnă că s-a alăturat naziștilor. Dacă ar fi fost cinstit și curajos, ar fi fost mort“.

Imaginea pe care suferindul și-o face despre el însuși rezultă din convergența mai multor povestiri. Cea intimă, a cărei repetiție în limbajul interior constituie identitatea narativă, suportă presiunea modelatoare a istorisirilor

din jur. Unele familii au tratat regăsirea ca pe o mare bucurie, pe când altele au păstrat deschisă rana. Iar contextul cultural a trezit un sentiment mai degrabă de rușine, decât de mândrie. „Munca constând în ajutor psihic pentru a atinge reziliența se concentrează asupra proceselor care susțin menținerea scindării psihice [...] dintre individ și mediul său înconjurător, [...] calitatea relațiilor din sânul familiei, sistemul său de valori și de credințe¹⁷⁸.“ Ideea că noi devenim din noi înșine se hrănește din firimiturile de realitate pe care familia noastră și cultura din care facem parte le împrăștie în jurul nostru.

Tatăl lui Claire avea cinci ani în 1942, când a fost luat în grijă de către Întrajutorarea temporară, o organizație clandestină care a salvat aproximativ 500 de copii evrei¹⁷⁹. Claire, născută în 1962, nu le-a spus niciodată părinților „tată“ și „mamă“, probabil fiindcă nici ei nu se puteau desemna prin aceste cuvinte. „Copilăria mea s-a centrat în jurul suferinței tatălui meu, de pe vremea când era și el un copil. M-am format în jurul acelei părți moarte din ființa sa [...] nu era în stare, când vorbea cu mine, să-mi spună «mergi la mami», ci «du-te la Rose», iar atunci când ne scria, se semna cu prenumele lui, niciodată cu «tată».

– Alo, tata?

– Cine e la telefon?¹⁸⁰

Când nu ești parte dintr-un cămin, nu ai sentimentul că ai putea deveni tată la rândul tău, așa că nu vezi cine te-ar putea striga „tată“. Modul în care o reprezentare de sine se impregnează în memoria noastră pornește de la acele firimituri de realitate furnizate de către cei din jurul nostru.

Bracinho știa că este țigan, însă nu avea idee ce înseamnă să fii țigan. Părinții săi se instalaseră în zona Lisabonei, unde se născuse el. Tatăl său era zidar și murise într-un accident de muncă, pe când băiatul avea doi ani. Mama sa a dispărut doi ani mai târziu, încredințându-l pe micuț unui asistent social. Auzea mereu în jur: „Sunt murdari... sunt neciopliți... ne fură găinile și fac sacrificii umane cu copiii noștri“. Bracinho își spunea că venea dintr-un grup uman de foarte proastă calitate, îngrozitor. Nu îl enervau persecuțiile, deși le găsea nedrepte, dar, necunoscând alți țigani, simțea o oarecare rușine că provenea dintr-o asemenea descendență. Avea de gând să nu mai fie țigan, fără să fie încercat de vreun sentiment de trădare, pe care îl resimt de obicei

aceia care își abandonează grupul de origine pentru a se integra într-o altă cultură. În universul său interior nu existase acest tribunal psihic în care trădătorii se judecă. În reveriile sale diurne, își imagina chiar ceva la polul opus, un soi de juriu care i-ar fi permis să se dezvinovățească. Atunci când o cultură ne condamnă să fim vânați de umanitate pentru o crimă pe care nu o cunoaștem, este nevoie de o curte de apel care să ne declare nevinovați. De aceea, foarte multe victime simt această nevoie stranie de a mărturisi în public, pentru a se reabilita.

Tribunalul portughezilor normali îl judeca pe Bracinho. Însă el, copil fiind, inventa o pledoarie foarte frumoasă, care demonstra, pe bună dreptate, că nu era nici bandit, nici murdar, nici necioplit și nu furase nici găini. Atunci, judecătorii își recunoșteau greșeala și îl primeau pe țigănuș, oferindu-i ospitalitate, însă era el țigan? Bracinho nu se simțea vinovat fiindcă și-ar fi trădat apropiatii – pe care nu îi avea –, ci pentru că venise dintr-o cultură pe care nu o cunoștea și care nu îl lăsa să fie ca toată lumea. De multe ori, punea în scenă acest tribunal imaginar și, după sentința în care i se recunoștea nevinovăția, era mirat de voioșia sa. „Știu că sunt țigan, spunea, dar nu am idee ce înseamnă acest lucru. Sunt ceva ce nu cunosc.“

Într-o dimineață, când umbla de colo-colo prin Praça Do Comércio¹⁸¹, pe malul fluviului Tajo, sperând să întâlnească un tovarăș de joacă, a fost atras de un mic grup de chitariști. Oacheși, cu dinți albi, îmbrăcați fistichiu, acești muzicieni ai străzii atrăgeau atenția câtorva trecători. Bracinho a primit cântecele lor cu o mare uimire. Pentru prima oară în viață, percepuse o frântură de frumusețe de la societatea țigănească. Auditoriul părea să îi împărtășească bucuria. Se putea deci să fii țigan și oamenii să te accepte? Un bărbat masiv, greoi, cu o șapcă și pantaloni de piele, se apropie de copil și îi spuse: „Este o muzică vulgară, mereu aceeași“. Bracinho își promise să îl bată pe acest om de cum va avea forța necesară, apoi se întoarse la bucuria lui muzicală. Însă avea în cap două preocupări: să își amintească șapca și pantalonii de piele, pentru ca mai târziu să îl găsească pe agresor, și aceea de a-i observa mai amănunțit pe muzicienii care îi oferiseră primul moment de încântare și de apartenență.

Prin urmare, o frântură de cântec și un fragment de imagine livraseră materia de bază pentru reprezentarea de sine. Bracinho se simțea mai bine, deoarece

cultura sa tocmai plasase lângă el două sau trei informații care îi permiteau, în sfârșit, să-și construiască un început de identitate țigănească. Pentru a păstra în el acest sentiment plăcut, de forță pașnică și de, cum să spunem, îmbogățire a sinelui, pentru că îi avea în jur pe alții asemenea lui, Bracinho a simțit deodată dorința de a pleca în căutarea originilor sale. Piese minuscule de semnificație, precum o melodie și un ten tuciuriu, îl invitaseră în arheologia dorinței de a ști, în arta arhivelor, a fotografiilor vechi, a obiectelor venite de nicăieri și a întâlnirilor care ar putea să se întâmple. Acest început se pregătea să îi metamorfozeze imaginea pe care o avea despre sine, să îl facă să treacă de la o rușine vagă la o mândrie vădită.

Când revelația lucrurilor nespuse se realizează în interiorul unei relații de închidere afectivă, trauma este transmisă cu intensitate, așa cum am înțeles din experiența atașamentului excesiv dintre micuța Lucie și Irène, guvernanta sa. În schimb, atunci când descoperirea originilor („Nu știu ce înseamnă să fii țigan“) se realizează datorită unor fragmente de imagini, de cântece, de povestiri sau de documente care aparțin culturii respective, copilul simte plăcerea pe care o are un arheolog.

Un vacarm silențios

Se întâmplă ca un număr mare de persoane traumatizate să aibă mai puține dificultăți atunci când își destăinuiesc suferințele unui manuscris decât dacă i se confesează unui apropiat, fiindcă scrisul le dă voie să-și stăpânească emoția. Chiar și în cadrul unei emisiuni publice, unde distanța afectivă este mare, iar auditoriul, invizibil, emoția este mai potolită decât dacă dialogul s-ar petrece față în față cu cineva drag, moment în care comunicarea ar putea fi deteriorată, chiar imposibil de dus la capăt.

Sentimentul de rușine provoacă inexprimabilul, ceea ce este greu de spus, aluzia, perifraza, bâlbâiala, lucruri care explică frecvența neînțelegerilor. Și, într-o atmosferă zgomotoasă, liniștea profundă atrage atenția, așa cum încetarea unui zgomot de fundal ascute vigilența: „De unde calmul acesta brusc? Ce se întâmplă?” Tăcerea neașteptată a unui om care vorbește mult suscită, în persoanele la care ține, un sentiment de stranietate, o enigmă: „Așa cum negativul unei fotografii indică ce este acolo, dar nerevelat”¹⁸². Cuvântul transmite ceea ce pune în lumină și îl poate traumatiza pe copilul foarte atașat. Iar liniștea care participă la povestiri și la contaminarea universurilor mentale aruncă o umbră de îngrijorare asupra a ceea ce descoperim a fi proiectat. Este uluitor să-i ascuți pe copiii traumatizați care povestesc cum au văzut în coșmarurile lor chiar suferința pe care părintele a crezut că a ascuns-o.

„La 7 aprilie 1994, atunci când începe genocidul, este vacanța de Paște... Frații noștri mai tineri au plecat cu această ocazie la părinți, să petreacă sărbătorile. Ne gândim că ne vom revedea cu toții în două săptămâni, dar nu vom mai fi împreună niciodată. Ei nu vor supraviețui”¹⁸³.“ Această situație este frecventă când au loc crime în masă sau conflicte armate pe care războaiele moderne le desfășoară împotriva civililor și copiilor. Dispariția aduce cu sine, la început, o așteptare, în care speri întoarcerea supraviețuitorilor. Pe măsură ce trece timpul, trebuie să accepți că cei de a căror soartă nu se mai știe nimic nu vor reveni niciodată și că au murit fără să aibă parte de înmormântare. Nu

eram prezenți când au fost uciși, nu am putut să-i salvăm, poate că trăiam momente involuntare de fericire, chiar când ei trăgeau să moară. O criză de rușine pune stăpânire pe noi. Au fost uciși, trupurile lor au fost lăsate... (foarte greu de gândit „să putrezească pe pământ“), nu am fost la înălțime.

O asemenea năpădire a rușinii poate fi combătută prin grija de a-i înhuma pe toți cei care mor. Atunci când apropiații noștri au dispărut în acest fel, începem să fim preocupați de demnitatea celor care nu mai sunt. „De fiecare dată când văd un film despre Rwanda, sunt atent să văd dacă frații mei se află printre cei care au scăpat. Trăiesc încă în mine și orice îmi aduce aminte de ei. Îi caut și atunci când privesc fotografiile cu cadavre trântite de-a valma. Este de parcă ar fi murit astăzi.“ Acest interes deosebit și mut față de moarte se exprimă prin indicii comportamentale pe care copilul le percepe cu mare intensitate: o tăcere împietrită a mamei în momentul în care pândește pe ecranul de televizor apariția unui frate dispărut, o crispare abia zărită a feței atunci când un vecin o felicită în mod special că a supraviețuit genocidului. Această acalmie plină de semnificații umbrește discursul și provoacă în copii un sentiment de taină îngrijorătoare. „Oare ce s-a întâmplat acolo, fiindcă mama mea tace atunci când se vorbește despre Rwanda?!“ Prin urmare, moartea nu este lămurită, e un blestem vechi, o crimă poate? Cel mai important este să nu pună întrebări. Copilul adoarme cu starea de neliniște transmisă de rușinea maternală și noaptea are coșmaruri în care apare cadavrul mamei sale putrezind pe pământ, în timp ce trecătorii râd în hohote. Micuțul a pus în scenă, în universul său interior, izbucnirea de rușine care o tortura pe mama sa.

VI. CÂNTECELE SUMBRE

Trupul fantomelor

„Mi-e frică de întuneric“, spune micuțul. „Noaptea se trezesc morții.“ Poate și-a închipuit... necunoscuți care au împrumutat nopții chipul lor în lacrimi sau zâmbetul uitat. „Nu știam nimic despre ei, doar că erau morți.¹⁸⁴“ Copilul care își hrănește coșmarurile cu rușinea apropiaților săi se simte diferit, neliniștit. Cum să îți cunoști părinții, când rușinea lor te bântuie?

I s-a precizat clar să nu vorbească cu soldații. Își amintește că într-o zi, când se juca pe chei, mingea i s-a dus sub o bancă unde doi militari stăteau de vorbă. I-au înapoiat-o, spunându-i cuvinte amabile, pe care nu le putea înțelege. Câteva zile mai târziu, părinții lui dispăreau, arestați de către miliție. Au murit în timpul deportării și, ani de-a rândul, copilul și-a repetat că sigur spusese el ceva atunci când și-a recăpătat mingea și, fără să o facă în mod intenționat, cu siguranță oferise ceva indicii care au dus la arestarea părinților săi. Nu a știut să țină secret, iar ei erau morți. De aceea, timp de decenii, îi admirase pe cei care știau să tacă, fiindcă liniștea aducea în el o senzație de siguranță. Însă rușinea că atunci îi scăpaseră niște vorbe și vinovăția că acestea duseseră la moartea mamei și a tatălui său îi induseseră un comportament ciudat: nu putea să vorbească decât banalități, fiindcă simțea orice fel de intimitate ca pe o intruziune care îl tulbura.

A simți că îți este rușine nu transmite aceeași senzație ca „a-ți fi rușine de ceva“¹⁸⁵. Lui Bracinho, țiganul, îi era rușine de ceea ce era, fără să știe de fapt ce era, însă cultura societății în care trăia îi sugera că merita să îi fie rușine. Din clipa în care a putut identifica un model constructiv, un proces de reziliență i-a înlesnit evoluția de la rușine la mândrie. Această desprindere este diferită de a-ți fi rușine de ceva, care înseamnă a suferi din cauza durerii unei ființe de atașament. Procesul de reziliență este mai costisitor: „Pentru a nu-mi mai fi rușine de nu știu ce, trebuie mai întâi să repar profunda nemulțumire a părinților mei“. Lui Bracinho i-a fost de ajuns să observe câteva frânturi ale condiției de țigan pentru a nu-i mai fi rușine, în timp ce acela care poartă o rușine în el¹⁸⁶ nu este conștient de problema cu care

trebuie să se confrunte și se simte deseori agresat de părinții care îl iubesc: „Nu știi de ce, nu mă simt bine când tatăl meu este în preajmă, dar sunt disperat când nu este aici“. Copilul simte un tată care suferă, uneori plăcut, dar deseori taciturn, lângă care a fost nevoit să se dezvolte. A preluat ceva din acest comportament al rușinii, care îl face și pe el să penduleze între stupoare și căldură afectivă. A căpătat un atașament ambivalent, însă părintele rănit, care își ascunde rușinea, este convins că l-a protejat prin tăcerea lui. Acest tată, rob al fericirii, nu știe că i-a transmis copilului său senzația agitată a bucuriei angoasante: „Orice reușită mă învinovățește. Este rușinos să fii mulțumit, în timp ce cei dragi suferă. Mă simt mai puțin rău în eșec, ceea ce mă disperă“, ar putea spune cel care poartă rușinea.

Puterea fantomelor nu este nici magică, nici ectoplasmică. Este, din contră, percepția fizică a unei bizarerii, a unei mimici, a unei intonații sau a unei tăceri care îi permite copilului să o vadă ieșind la suprafață pe corpul persoanei pe care o iubește. Fantomele nu au viață autonomă, ci au nevoie de trupul rănitului pentru a face să se ivească moartea, suferința sau rușinea care va parazita mintea copilului acestuia. Evenimentul trecut trasează umbre pe trupul rănitului, pe care fantasmemele le transmit de la suflet la suflet.

„Aș vrea ca ai mei copii să nu urmeze același drum ca mine“, gândește tatăl care a scăpat de la Auschwitz. „Mi-ar plăcea ca ei să parcurgă locuri mai liniștite, să aibă o copilărie lipsită de teamă.“

„Vede acest aspect ascuns despre el însuși ca fiind demn de ură“, crede fiul ca un ecou mut. „Știi de multă vreme că ceva a rămas îngropat acolo. Fără să spună nimic, tatăl meu mă face să înțeleg, cu o forță extraordinară, că nu trebuie să îmi întorc privirea din acel loc“, adaugă fiul în limbajul lui interior¹⁸⁷.

Umbra parentală îl face pe copil neîncrezător

Acest dialog interzis, perceput pe trupurile interlocutorilor, izvorât din limbajul lor interior, ilustrează până la ce punct poate fi transmis un paradox afectiv, de la ființă la ființă, atunci când ești atașat de cineva.

Tinerii supraviețuitori ai lagărelor s-au căsătorit extrem de devreme. La acea vreme, cuplul reprezenta un important factor de protecție. Un bărbat nu putea trăi fără femeie, atunci când mergea pe jos la muncă, unde rămânea 10 ore. O femeie nu putea sta fără bărbat, într-un context tehnologic în care corpul constituia principala unealtă de producție socială. În momentul în care un bărbat neputincios sau fără forță ori o femeie sterilă sau fragilă nu puteau să ridice greutate sau să aducă pe lume numeroși copii, se pregăteau pentru un viitor dificil, într-o societate în care nu existau nici asigurări sociale, nici fonduri de pensii. Așa că acești tineri s-au concentrat asupra mariajului, singura lor speranță de revenire la viață. Majoritatea au constituit cupluri în care atașamentul anxios a fost terapeutic. La ieșirea din lagăre, căsătoria le permitea să-și continue viața și, uneori, începea să se înfiripe reziliența. Copiii născuți din aceste perechi s-au dezvoltat lângă părinți aflați încă în suferință, care de-abia își începeau munca de refacere. Cei care le dirijau evoluția copiilor erau tulburați. Le era greu să stabilească o relație stabilă și frumoasă cu un tată curajos, tăcut și sumbru, care este foarte binevoitor zi de zi, iar apoi, dintr-odată, izbucnește într-o violență neașteptată. Celălalt părinte aloca mult timp și energie pentru a se ocupa de perechea sa rănită, deoarece cuplul se centrase pe acest acord. Copilul evolua în contact cu părinții taciturni, atenți, amabili și plini de o tăcere grea. Se simțea exclus din înțelegerea lor afectuoasă.

Acesta este motivul pentru care mulți dintre acești copii au dat dovadă de un fel de carență afectivă atunci când, în spiritul părinților, erau supraînvestiți. Cuplul adult își organiza viața în jurul copiilor săi, își axa alegerile doar în interesul copiilor, îi înconjură cu o amabilitate permisivă și evita să-și evoce suferința, ca să nu o transmită micuților. Însă copilul avea senzația că este

intrus în acest cuplu parental complice, simțea acea toleranță ca pe o slăbiciune sau chiar ca pe un abandon, era fascinat de umbra tainică și neliniștitoare întrevăzută la părintele traumatizat, care avea doar un vâl peste zona pe care o credea bine ascunsă. „Pornind de la lucruri auzite, uneori prost înțelese, de la aluzii mai voalate sau nu, de la grimase, gesturi mai mult sau mai puțin punctate de tăceri pline de înțelegeri [...] fiecare dintre noi își genera reprezentările evenimentelor din propria istorie.¹⁸⁸“

Copilul, constrâns la fericire, învață că orice întâmplare nefericită îl descurajează pe bizarul său tată: „[...] aveai impresia că ținea cu tot dinadinsul să am doar gânduri binevoitoare, să fac doar lucruri minunate¹⁸⁹.“ Neliniștiți de această stare de mulțumire forțată, copiii cu părinți care au suferit o traumă psihică acced de cele mai multe ori la un atașament ambivalent: „[...] cam așa este în aceste locuri mohorâte, în acest fel se prezintă lucrurile prin aceste părți oribile pe care le iubesc¹⁹⁰.“ Pentru acești micuți, ura nu este antonimul dragostei, este o revoltă colerică împotriva unui tată îndurerat în curs de recuperare. Partea sa de umbră îl face pe pruncul său suspicios, însă de-abia mai târziu acesta din urmă va învăța să se simtă mândru de părintele său care nu vorbește aproape deloc.

Hervé spunea: „Am urât-o efectiv de fiecare dată când era veselă, fiindcă atunci mă abandona“. Tatăl său tocmai se întorsese din Algeria în plin război. Vorbea mult, tare și cu voioșie, pentru a ascunde ce nu putea să spună cu calm. În contact cu acest părinte, care își masca tristețea printr-o poftă de viață forțată, Hervé deprinsese un atașament evitant, pe care l-a exprimat mai târziu față de soția sa. Se bucura mult de prezența ei și avea un sentiment de ostilitate furioasă atunci când ea încerca vreo scurtă călătorie fără el.

Copiii care s-au dezvoltat în astfel de cupluri organizate în jurul acestui tip de acord s-au deprins să fie atenți la ceea ce nu se spunea, fascinați de umbră, neliniștiți și interesați de breșele comportamentale și de faliile din discursuri: „Ce ciudat! De ce se revoltă atunci când se vorbește despre nașterea în afara căsătoriei...? Straniu! De fiecare dată când se vorbește despre familia tatălui meu, mama face: «Ai, ai, ai» și invocă imediat o urgență domestică care întrerupe înlănțuirea frazelor“. Aceste mici secrete, minuscule fisuri abia vizibile, dar repetate des îl inițiază pe copil într-o curiozitate neobișnuită, de parcă s-ar gândi: „Este aici ceva ce nu trebuie știut care mă sperie și mă

fascinează“. Ambivalența se clădește în universul său intim și, încet, încet, va deveni o caracteristică a stilului său afectiv. „Nu știu cu lux de amănunte ce s-a întâmplat în copilăria tatălui meu, pentru că nu prea vorbește despre acest subiect: o evocare, o umbră trecând peste fața lui, mama care îi vine în ajutor și îl protejează schimbând subiectul. Bizar. Poate chiar înspăimântător. Cu copilăria pe care a avut-o, eu nu am dreptul să mă plâng, trebuie să fiu mereu perfect(ă), fericit(ă), pentru a justifica eforturile pe care le face pentru mine. E normal să reușesc, pentru că îmi oferă condițiile succesului, el, cel care nu a avut nici o șansă. Mi-ar fi rușine să nu izbutesc. Îi port pică pentru asta.“

Această constrângere la fericire angoasantă dă, la începuturi, rezultate aparent bune, pentru că loialitatea copilului îl împinge să-și ocupe locul în această filiație enigmatică. Însă când adolescența bate la ușă și îl îmbie să îi părăsească pe cei la care ține, pentru a învăța să iubească și în alt mod, schimbarea afectivă este deseori dureroasă. Ambivalența îl dirijează pe tânăr spre o renunțare liniștitoare sau spre o pasiune pătrunzătoare de a descoperi. „Sunt sătul până peste cap să caut fericirea până la epuizare, așa cum pretinde tatăl meu“, spunea un tânăr, „să las în umbră acest gând este foarte calmant“. În timp ce alt copil cugetă astfel: „Sunt atât de entuziast atunci când este vorba de vreo taină! Sunt profund neliniștit dacă nu încerc să o înțeleg“.

Identificarea cu un părinte dispărut

Scindarea psihologică a părintelui rănit care, din dorința de a-și proteja copilul, s-a străduit să scoată din el doar partea plăcută a personalității i-a transmis acestuia, fără să-și dea seama, un atașament ambivalent. Acest stil afectiv este incontestabil mai frecvent în rândul copiilor ai căror părinți suferinzi încep cu greu să își elaboreze reziliența, față de populația generală, în care este prezent într-un procent de 15%¹⁹¹. Acest mod de a iubi evitant „s-ar structura plecând de la conflicte parentale nerezolvate, determinându-l pe adult să investească în copil, pentru a umple un gol afectiv“¹⁹². Acești tineri părinți traumatizați de război au dorit să se căsătorească repede pentru a reîncepe să trăiască, au vrut să aibă imediat copii pentru a-i iubi și pentru a le oferi toată fericirea de care ei nu avuseseră parte. Acest mecanism adaptativ de apărare i-a protejat pe părinți și le-a transmis copiilor un atașament ambivalent, care nu a evoluat decât atunci când aceștia au ajuns la adolescență.

O concluzie pripită ar suna cam așa: „Iată efectul rezilienței: părinți rezistenți, copii dezorientați“. Trebuie subliniat faptul că părinții începuseră recent procesul de reziliență, într-o cultură care îi ignora. Se aflau încă în stadiul în care suferința imediată nu le permitea să înfrunte catastrofa de-abia întâmplată. Erau încă stupefiați, cu subite reapariții mentale ale nenorocirii, care surprindeau pe toată lumea. Strângeau din dinți și nu puteau vorbi, așa cum se întâmplă mereu când, pe nepusă masă, ți se face rău. De-abia mai târziu poți să te explici, atunci când detașarea, distanța și timpul ne permit să configurăm o reprezentare verbală a celor întâmplate. Dacă și cultura îi face să tacă pe cei îndurerăți, le vor fi necesare decenii pentru ca rana să li se închidă. Pentru a concepe un copil sunt suficiente câteva secunde, iar acesta se va dezvolta în anii pe care părintele său îi consacră propriei vindecări. Micuțul vine pe lume în momentul în care părinții săi răniți de moarte aspiră la renaștere, după o agonie psihică. Iar copilul nu găsește lângă el decât îndrumători afectați de durerea parentală. În acest mediu el trebuie să învețe să trăiască.

Micii orfani și-au idealizat părinții dispăruți, dar când au găsit o familie de substituție, evoluția lor nu a fost proastă. Au fost totuși nevoiți să facă o muncă dublă de filiație, cu familia dispărută și idealizată și cu familia prezentă salvatoare și lipsită de tact, ca orice familie. Și-au imaginat un dublu roman de familie, care le-a umplut lumea intimă și le-a provocat uneori dificultăți relaționale, însă rezultatul este mai degrabă de apreciat.

O minte ostilă ar putea trage concluzia că este mai bine să ai părinții morți decât traumatizați. Propun să îi ascultăm pe terapeuții de familie, care constată că, atunci când un membru al grupului este atins de o boală gravă, precum un cancer, sau a suferit un infarct acut, frații și rudele se adună în jurul său, iar toate celelalte probleme trec pe locul al doilea și se ascund sub urgența lucrurilor de zi cu zi. Începe o activitate intensă pentru muribund printre apropiații care îi sunt alături și care se gândesc la ce poate fi mai sumbru și se simt bine că sunt așa de buni. Când, spre regretul tuturor, pacientul se vindecă, anumite familii nu mai funcționează normal, planurile lor de adaptare devin inutile și problemele care nu mai aveau maximă importanță își recapătă locul principal. Asta înseamnă că trebuie să-i ucidem pe bolnavi? Este mai indicat să ducem tratative, să avem grijă de cineva cum putem mai bine și să prevenim familiile de pericolul care ar apărea dacă ar face din această încercare unica problemă a căminului lor.

La fel, atunci când este vorba despre un secret ce trebuie ținut, apropiații se coordonează în jurul zonei obscure. Însă această durere gingașă a sufletului rănit îi transmite copilului o senzație stranie. Poate de aceea este scris: „Părinții au mâncat aguridă și copiilor li s-au strepezit dinții”¹⁹³. Taina care îl salvează pe părintele rănit impune copilului său un îndrumător care îmbină două pulsioni diferite: „Mă atașez de acest tată care mă neliniștește profund... îmi impun să nu îl întreb nimic despre lucrul întunecat din el care mă fascinează... îl admir pentru că este inițiat și îl disprețuiesc fiindcă poartă în el o rană care mă dezgustă... îl iubesc deoarece mă însuflețește când e vesel și nu pot să-l sufăr atunci când tristețea lui mă copleșește”, iată cum ar putea vorbi copiii ai căror părinți traumatizați nu au avut posibilitatea de a progresa în efortul lor de reziliență.

Aproape mereu, sutura de reziliență este împiedicată de mediul familial sau cultural. Cum să îi mărturisești unui copil că s-a născut în urma unui incest?

Familia tace pentru a-l proteja pe micuț, care se dezvoltă astfel în plină ceață psihică. Cum să îi explici unui copilăș ascuns în timpul celui de-al Doilea Război Mondial că, dacă spune cumva că este evreu sau își pronunță încetișor numele, va fi vinovat de moartea celor dragi? Când acești copii vor deveni părinți, înainte de a avea vreme să depășească această fatalitate, își vor crește propriii copii cu această nefericire păstrată în minte. Dar când reziliența este posibilă, fiindcă mediul nu pune piedică acestei tendințe naturale de reîntoarcere la viață, atunci copilul va putea sta alături de un părinte vindecat.

Părinții răniți bat în retragere

Mamele rănite suferă încă la momentul în care aduc pe lume primul copil. Dacă s-au putut recupera psihologic fiindcă familia le-a înconjurat cu dragoste după momentul traumatic, pentru că au întâlnit un soț care a știut să le sprijine sau au găsit un îndrumător către reziliență (scriere, implicare artistică sau socială, psihoterapie) și, mai ales, pentru că societatea le-a oferit locuri în care să își dezvolte reziliența, aceste mame nu mai sunt aceleași atunci când nasc al doilea copil.

După anii 1970, se cunoaște cum interacționează o mamă „obișnuită“ cu bebelușul său, după naștere. Se poate spune dinainte că, atunci când o femeie tânără a avut o copilărie fericită, ea va fi atentă la orice semnal emis de micuț, va răspunde surâzând și va vorbi mult despre acest lucru¹⁹⁴. În comparație, tații care se ocupă de copilașii lor sunt mult mai puțin zâmbitori, mai puțin vorbăreți și mai „automatizați“ decât femeile¹⁹⁵.

Nu este cazul mamelor care, în copilărie, au fost victime ale incestului. În cea mai mare parte a timpului, acestea sunt dezorientate față de copilul căruia tocmai i-au dat naștere. Îl privesc siderate, fără vreun cuvânt sau vreun gest. Când, mai târziu, stai de vorbă cu ele, afli că, în acel moment crucial al vieții lor, o idee aproape obsesivă nu le dădea pace în negura minții: „Ce fel de viață sexuală va avea acest copil?“ În miezul confuziei în care se aflau, apărea o vagă formă logică: „Numai să nu aibă o sexualitate violentă“. Li se întâmplă, în fața nou-născutului, să le treacă prin cap un gând pe care îl alungă repede: „Măcar să nu comită agresiuni sexuale“. Când este vorba de o fată, le fulgeră un cuget: „Într-o zi, va fi violată“ sau „Când va ajunge la adolescență, am s-o omor“.

Percepția sexului anatomic le evocă mamelor amintirea nenorocirii din trecut, la care răspund printr-o confuzie dureroasă în care scapără frânturi de gânduri îngrozitoare. Iată ce se întâmplă atunci când o mamă rămâne singură cu trecutul ei gravat în memorie. Cine ne obligă să o lăsăm singură? Orice figură

de atașament care este aproape de ea în clipa nașterii o protejează în acel moment critic. Dacă are un soț, se simte femeie și trăiește un sentiment de bucurie văzând fericirea pe care tocmai i-a oferit-o, grație bebelușului. Simplul fapt că are o figură familiară lângă ea modifică lumea mentală a mamei.

Propovăduitorii de dezastre nu mint atunci când spun că un copil maltratat va deveni un părinte agresiv sau că o victimă a incestului va abuza sexual. Ei doar descriu situația ivită dintr-o mentalitate colectivă care spune că micuții traumatizați sunt sortiți să repete nenorocirea și îi abandonează, supunându-i astfel repetării. Însă, schimbând universul interior al mamei, se modifică și mediul senzorial cu care ea îl înconjoară pe bebeluș, iar când ajutorul primit a alungat fantoma trecutului, îi oferă copilului un mediu securizant¹⁹⁶.

Ceea ce se întâmplă de fapt este mai degrabă invers. Aceste mame se duc în extrema cealaltă și devin prea permissive, gândind, în mod confuz, că oricine în afară de ele este mai în măsură să crească un copil. Cred că soțul lor, educatoarea, chiar și copilul în cauză vor ști ceea ce trebuie făcut sau spus pentru ca micuțul să aibă parte de fericire. Mama care în copilărie a fost maltrată riscă să se așeze în umbra celor pe care îi iubește, cu atât mai mult cu cât nu i se oferă ocazia să descopere că ea însăși este capabilă să-și crească copilul.

Tații care suferă, la rândul lor, nu se cred în stare să devină părinți. Așa că, atunci când întâlnesc o femeie care le este alături, îi conferă un statut de putere „fiindcă ea este cea care știe“.

Așa încât copiii care se vor naște în urma acestor întâlniri se vor dezvolta lângă părinți diferiți de ceilalți: o mamă tolerantă, eclipsată de ceilalți – inclusiv de copil¹⁹⁷ – din propria ei voință sau un tată căzut psihic, divizat în două personaje, dintre care unul bate în retragere acasă, iar celălalt, uneori, se face remarcat în afara căminului. Aceste două jumătăți de tată îl uimesc pe copil, care aude vorbindu-se despre el în termeni admirativi, în timp ce la domiciliu abia dacă este remarcat. Ambivalența se impregnează în memoria micuțului, care își face astfel o reprezentare dublă a acestor imagini opuse și totodată asociate.

Nu este corect să vorbim despre refularea copiilor ascunși pentru că, din

contră, ei au o hiperamnezie traumatică, precisă, clară, mereu prezentă în străfundurile lor. Această reprezentare este greu de montat în cuvinte care ar fi permis crearea unui univers fracționat. Deveniți părinți, își amintesc că își datorează viața faptului că au știut să tacă pe vremea când erau copii. Fie că este vorba de micuții armeni din Turcia, de copiii evrei din Europa, de cambodgieni sau de tinerii tutsi fugind din calea masacrului din Rwanda, cu toți au fost nevoiți să nu scoată un cuvânt pentru a rămâne în viață.

Această protecție pentru supraviețuire le conferă un stil relațional particular: veseli, activi, visători, creativi, maturizați precoce, se închid brusc și îngheață atunci când o situație sau o întrebare atinge subiectul pe care au învățat să îl evite. Cu acest mecanism de apărare ajung la vârsta la care pot avea copii. Doar la câțiva ani după tragedie, devin părinți pentru care exprimarea identității evocă moartea. Este ceva grav în amintirea lor, însă grație acestui lucru au fost salvați. Trăiesc ca un soldat care traversează un câmp de mine: „Pe aici pot trece... despre acest lucru pot vorbi... însă mă opresc brusc, fiindcă dacă scot o vorbă risc să mor“.

Un destin nu înseamnă devenire

Dacă nimic nu s-ar schimba în noi și în jurul nostru, destinul ar fi trasat și noi doar am repeta toată viața ceea ce am învățat la un moment în care trebuia să rămâi tăcut pentru a supraviețui. Riscăm atunci să le transmitem copiilor noștri o „excludere defensivă”¹⁹⁸. „Tac pentru a mă apăra”, ar putea spune mama, „ceea ce îi învață pe copiii mei să nu se lase niciodată în voia soartei, pentru că ei simt că o parte din relația dintre noi este învăluită în ceață. Nu se simt niciodată încrezători lângă mine fiindcă strategia mea comportamentală le sugerează o enigmă plină de neliniște, un spațiu paralizat”. Mai târziu, când se va ivi o greutate în viața acestor copii, ei nu vor fi învățat să ceară ajutor, pentru că observă în cazul părinților consecințele acelei zone interzise. Rezistă sau cedează, fără alte posibile nuanțe. Copilul unui părinte care nu a avut timp pentru a-și crea reziliența „[...] rămâne atunci neatins de experiențele care se împotrivesc sistemului de reprezentări stabilit și rezistă schimbării”¹⁹⁹.

Din fericire, este imposibil ca nimic să nu se schimbe, chiar și în societățile pietrificate. La fiecare etapă a dezvoltării sale, copilul își transformă modul de a percepe lumea, iar la fiecare frază pe care o pronunță, modifică lumea pe care o percepe. Orice discurs social pune bazele unei instituții noi care va îndruma evoluții diferite.

Metodele prospective urmăresc persoanele rănite până în momentul în care devin părinți și bunici. Metodele retrospective, constatând o tulburare, îi vor căuta explicația întorcându-se în trecut, săpând în poveștile de viață. Aceste strategii de cunoaștere dau rezultate foarte diferite.

Se pare că, în anumite țări, 1 000 de copii maltratați se transformă în 260 de delincvenți la adolescență, cu mult mai mult comparativ cu populația generală.

Dacă suntem polițiști și îi arestăm pe tinerii infractori, le vom cere să își

povestească viața. Această metodă retrospectivă scoate la iveală faptul că 92% dintre ei au fost maltratați. În mod logic, nu putem decât să tragem concluzia că agresiunea duce aproape mereu la delincvență. Și se va explica acest fapt prin teoria identificării cu agresorul²⁰⁰. Să presupunem acum că suntem educatori specializați și că îi supraveghem pe cei 1 000 de copii până la vârsta adultă. Această metodă prospectivă ne va permite să descoperim că 74% dintre aceștia evoluează corect și au legături strânse cu educatorii. Vom conchide astfel că maltratarea nu duce neapărat la delincvență.

Rezultatele sunt contrare și totuși nimeni nu minte. Fiecare culege pur și simplu informații adevărate pe un câmp de lucru diferit, ceea ce duce la o apreciere diferită. Polițistul spune: „Maltratarea înseamnă un destin care duce la delincvență“. Iar educatorul răspunde: „Dacă suntem alături de ei, majoritatea acestor copii vor evolua pozitiv“.

Cuvintele au puterea de a prezenta lumii concepte care scot la iveală fragmente din condiția umană. Din momentul în care știm să le vedem, putem să le punem în discuție, ceea ce dintr-odată le face să trăiască în discursurile sociale. Fenomenul globalizării exista în realitate cu mult timp înainte de a-l numi, dar imediat ce a prins viață în cuvinte, grupurile sociale și culturale s-au organizat pentru a-l combate sau pentru a-l susține²⁰¹.

Cei mai mulți dintre copiii tutsi ascunși nu aveau familii. Acestea dispăruseră, pentru totdeauna sau doar pe timpul războiului. O populație de 906 subiecți (580 de băieți și 326 de fete) a fost monitorizată până la vârsta de 18 ani²⁰² și s-a putut constata că dezvoltarea lor era diferită, în funcție de instituțiile care se ocupau de ei sau de întâlnirile pe care le aveau. Această posibilitate de a evolua diferit în funcție de instituțiile și de întâlnirile relaționale demonstrează că reziliența există în realitate și că o vom gestiona mai bine atunci când o vom face să existe în vorbele noastre, în discursuri, în cercetări și în deciziile pe care le luăm.

Aceste studii prelungite ne zdruncină prejudecățile. La vârsta de 18 ani, micuții ascunși plasați în familii adoptive au ajuns la o inteligență școlară superioară celei pe care o aveau cei rămași în orfelinate. Plasticitatea acestei forme de inteligență este atât de mare, încât acești copii au ajuns să-și recupereze întârzierea în dezvoltare chiar și după vârsta de 15 ani. Reluarea evoluției psihice și intelectuale după o traumă rămâne posibilă un timp mult

mai îndelungat decât credeam.

Marea dificultate a copiilor ascunși care au contribuit la procentajul ridicat de biografii dureroase a fost de ordin afectiv și identitar. Nu numai că acumulau factorii de risc (izolare, rupturi afective, schimbări de instituție), dar învățau să supraviețuiască renunțând la o parte a personalității lor, ștergând sau estompând reprezentarea despre ei înșiși. Cum să faci eforturi să devii tu însuși, când cei din jur îți spun că orice împlinire a identității tale echivalează cu o tentativă de omor? „Dacă spui cine ești, vei muri... Dacă spui de unde vii, îi vei duce la moarte pe cei care vor din toată inima să aibă grijă de tine... Puținul pe care ți-l oferă este enorm... Simpla ta prezență în căminul nostru reprezintă un pericol, aduce ghinion“. Acești copii au trăit în suferință în mediul care îi proteja și, de multe ori, chiar îi iubea. Auzeau fraze care îi doborau: „Vecinii au ascuns un copil evreu, ca tine, care a vorbit. Gestapoul le-a ars ferma“. În fiecare zi, cei mici ascultau câteva cuvinte amabile care le făceau câte o rană pe suflet: „Îl ținem fiindcă e singur pe lume, nu știm unde se află familia sa și apoi, este așa de drăguț. Ne asumăm riscuri, putem chiar muri din cauza lui“, spuneau acei hutu generoși care salvau de la masacru un mic tutsi.

A se pune la încercare pentru a fi acceptat

Din cauza acestor traume subtile și repetate, copiii dădeau dovadă de o recunoștință ambiguă față de cei care aveau grijă de ei. Cadoul primit era covârșitor, datoria îi copleșea, totul era imposibil de restituit. Singurii care au devenit rezilienți în aceste condiții potrivnice au fost cei care au știut să erotizeze riscul prin chinuri intime. Acest joc cu un picior în groapă apare natural și capătă dintr-odată efectul unei judecăți a lui Dumnezeu, care îi acordă copilului simplul drept de a trăi.

Adulții nu înțeleg aceste asumări de risc absurde, de multe ori nici nu le văd, deoarece copilul se supune probelor pe furie, doar sub privirea divină. Pentru că a fost vânat de umanitate și condamnat la moarte doar fiindcă exista, nu își poate relua locul la împărțășania oamenilor decât printr-un ritual de integrare. Și, de vreme ce societatea nu îi propune acest lucru, inventează încercări dintre cele mai crude și mai periculoase ca să-și demonstreze că este mai puternic decât moartea. Atunci, în funcție de ceea ce îi propune mediul înconjurător, face cățărări noaptea fără nici o protecție pe pereți aproape netezi, se aruncă în mare pe timp de furtună, caută ceartă fără motiv sau ură și, fără nici o dorință, își asumă riscuri sexuale.

De aceea, contrar celor susținute de ideile preconcepute, un mare număr de fete victime ale incestului au ieșit triumfătoare în urma unor probe pe care și le-au impus singure, după grea încercata lor copilărie. Au devenit mame, după ce au trecut peste traumă²⁰³. În vreme ce acelea care au fost deprimare din cauza acestei agresiuni sexuale și au menținut această rană incurabilă au ajuns să fie mame cu probleme²⁰⁴.

Observarea directă a momentelor în care se ocupau de copii, asociată cu chestionarele, a permis clarificarea universurilor lor intime și observarea apariției unei trăsături permanente: sunt prea permissive, pentru că se devalorizează. „Nu sunt competentă, soțul meu, sora mea, doctorul, ei știu mai bine decât mine. Îi voi lăsa pe ei să se ocupe, vreau să îi ofer copilului

meu totul și să nu-i impun nimic, ca să se poată împlini fără piedici. Este un preț mare pe care îl plătesc, dar nu e grav, pentru că așa va fi fericit.“ Un grup restrâns de 45 de copii, victime ale incestului, a fost urmărit prin discuții și observat în situații obișnuite, până în momentul în care au devenit părinți. Un alt grup, de 717 copii neagresați, a fost, la fel, urmărit și observat, după aceeași metodă. În ansamblu, populația de copii victime nevindecate a manifestat aceleași tulburări comportamentale și aceleași reprezentare de sine deteriorată precum copiii ai căror părinți erau alcoolici, bolnavi mintal sau traumatizați, la rândul lor²⁰⁵: dezorientați în fața bebelușului, intimidati de propriii copii, imagine de sine devalorizată, dorință utopică de a fi perfecți.

Copiii care au crescut lângă astfel de părinți au dezvoltat o atitudine un pic superioară față de această mamă care îi servea cu zel sau față de acest tată șters care se supunea dorințelor lor și muncea pe ascuns, ca să nu îi indispună pe heruvimi cu problemele sale triste de adult.

Atunci când acești copii ajung la vârsta trezirii sexuale, părintele suferind nu le oferă siguranță. Nu pune vehement interdicții, atât de mult nu vrea să-și stânjenească vlăstarul. Aceste situații fără limite îl tulbură pe adolescent și uneori chiar îi provoacă o inhibiție anxioasă, fiindcă normele prohibitive au o funcție protectoare, enunțând, în același timp, și ceea ce este permis. Se confundă adesea conceptele de interdicție și împotrivire. Împotrivirea oprește orice exprimare a dorinței, în timp ce interdicția îi dă formă și chiar o orientează: „Poți să îți manifesti agresivitatea până la un anumit punct, mai departe, este interzis. Poți curta o femeie, dar nu pe aceea și nu oricum: nu îți poți permite orice“. Interdicția dă formă pulsionii și devine organul coexistenței afective, în vreme ce împotrivirea ține dorința în captivitate.

Un părinte care a suferit o traumă psihică și nu a fost ajutat să devină rezilient își supraestimează partenerul de viață, societatea și propriul copil. Parcă nici nu ar exista în fața acestuia din urmă, pentru a nu-i sta în cale, dându-i astfel frâu liber să își domine amabilul părinte pe care îl crede slab. Această interpretare afectivă greșită este frecventă atunci când părinții suferinzi întâmpină greutăți în munca lor de reziliență. Or, victimele incestului nu îndrăznesc să vorbească decât după 30 de ani de la agresiune, deportații nu s-au exprimat decât atunci când cultura le-a dat cuvântul, la 40 de ani după încheierea conflictului mondial, și cei 200 000 de copii născuți în timpul

războiului din franțuzoaice și soldați germani încep astăzi ultimul capitol al biografiei lor, ascunzând mereu enorma umbră a originii lor.

Ceea ce este copilul și ceea ce face el are, pentru părintele încă nevindecat, o semnificație greu de înțeles, pentru că nimeni nu vorbește despre acest subiect. Comportamentul este cel care acționează ca un mediator al paradoxurilor afectuoase dintre părinții traumatizați și copiii lor. Atunci când mama, care a suferit de pe urma incestului petrecut cu 30 de ani în urmă, înțelege că fiica ei are primele dorințe sexuale, devine mai temătoare și excesiv de protectoare. Aceași mamă stă deoparte atunci când băiatul ei atinge vârsta apetenței sexuale²⁰⁶. Nici un cuvânt nu este spus în afara acestor tranzacții comportamentale care se petrec fără ca cei în cauză să-și dea seama. Mama nu este conștientă de forțele obscure care o împing să își sufoce fiica printr-o supraveghere intruzivă și printr-un devotament exasperant, în timp ce fiul se miră de permisivitatea extremă pe care o interpretează de multe ori ca pe o libertate fără margini: „Pot să fac ce vreau, pot să nu termin liceul și să agăț fete“. Alteori interpretează această lipsă de implicare drept abandon: „Pot face ce am chef, oricum mamei nu-i pasă“. Un paradox total!

Deșteptarea sexuală a adolescenților trezește memoria dureroasă a mamei violate și trădate pe vremea când era copil. Ceea ce se petrece în realitate îmbracă semnificații diferite și organizează tranzacții comportamentale care depind de istoria vieții părinților. De aceea adulții care au fost maltratați când erau mici se simt de obicei ușurați atunci când copiii lor ating adolescența. Gândesc aproximativ în acest fel: „Of, acum e prea mare ca să mai fie maltratată! Am câștigat! Agresiunea nu s-a repetat“. Implicarea părinților trezește sentimente a căror exprimare coordonează tranzacții comportamentale, ca și cum gesturile și mimicile servesc drept aluzie pentru ceea ce nu poate fi rostit: „Trezirea sexuală a fiicei mele mă neliniștește profund, fiindcă îmi aduce aminte de viol. Trebuie să o protejez... Apetența sexuală a fiului meu mă sperie și mă constrânge să stau deoparte și mai mult“. Putem auzi, la fel de bine, și așa ceva: „Adolescența copiilor mei face ca frica mea de repetare a maltratării să dispară, iar relațiile dintre noi sunt foarte calde“. Când ai o poveste în spate, un fapt nu poate să nu fie interpretat.

Vorbește despre trecut pentru a evita întoarcerea lui

Deci nu putem spune că o agresiune suferită în copilărie este unicul indicator al comportamentelor parentale, fiindcă părintele rănit poate deveni intruziv sau absent, extrem de protector sau detașat, posac sau vesel, în funcție de modul în care evoluează reprezentarea traumei sale. Și aici se găsește forța rezilienței. De vreme ce suntem capabili să ne modificăm reprezentările exprimându-le, împărtășindu-le, exercitând o influență asupra apropiaților noștri și asupra culturii, putem constata că ele ne schimbă sentimentele. Modificarea unei reprezentări poate face amintirea unei răni trecute mai ușor de suportat: „Nu îmi mai este rușine că am picat examenul, sunt chiar cât de cât mândră că am pus pe picioare o întreprindere și că am în subordine angajați care au absolvit școli de elită“. Însă trebuie și să fii în gardă, fiindcă această putere de evocare poate să aducă din nou suferința în prim-plan. Grație literaturii, Georges Perec a putut să iasă din descumpănirea în care își petrecuse copilăria, atunci când apropiații săi au pierit cu toții. În 1939, tatăl său, înrolat în Legiunea Străină, dispare. Mama sa îl conduce la gara din Lyon pentru a-l trimite la Paris și apoi dispare. Fără doliu, fără traumă, doar o dispariție, apoi o alta și o alta. Copilul este stupefiat, pentru că nu mai are o figură de atașament care să îl motiveze să trăiască. Este împietrit și încremenirea pune stăpânire pe el, până în ziua în care se hotărăște să devină scriitor, pentru a le face un loc de veci părinților săi, în cărțile sale, vorbind despre ei. Atunci copilul se deșteaptă, face studii de arhivistică și devine romancier. Până când un editor îi cere să scrie despre amintirile lui din copilărie²⁰⁷. După câteva săptămâni de lucru, Perec suferă atât de mult de pe urma revenirii traumei, încât trebuie să se oprească din scris. Amintirea rezilientă nu constă în a face să se întoarcă suferința trecută, ci, din contră, înseamnă a o transforma, a face din ea ceva, un roman, un eseu sau un angajament. Acest efort de reprezentare care metamorfozează trecutul și ne face stăpâni pe sentimentele noastre se împotrivesc reapariției momentului trecut, fiindcă, odată cu el, va aduce și chinul. Pentru a scrie despre o traumă fără ca trecutul să iasă la suprafață, trebuie integrat acest efort al memoriei într-un plan, într-o intenție, într-o reverie. În acest caz: „A scrie este un mod

de a te confrunta cu absența obiectului și energia oricărui proiect creator este extrasă din izvoarele traumei“²⁰⁸. Atât timp cât Georges Perec a scris cu scopul de a stabili o relație cu cei care nu mai erau în viața lui, crearea acestei legături noi l-a reconfortat, iar importantul succes literar al romanului Dispariția²⁰⁹ trebuie să-i fi făcut mare plăcere. Jorge Semprun a urmat aceeași cale atunci când, după o îndelungată tăcere, în care vorbele sau scrisul riscau să readucă moartea, publică aproape la aceeași dată un roman căruia îi dă titlul L'Évanouissement²¹⁰ [Leșinul]. Efectul rezilient consistă în „a te angaja într-o muncă de scriitură [cu scopul de a] te confrunta cu o situație care să includă relația cu un terț absent“²¹¹. Scrierea rezilientă constă în reînnodarea unei legături cu o persoană dispărută și nu în a rămâne prins în suferința din trecut.

Modul de a vorbi, organizarea enunțului vor conferi acestei reprezentări forța care să ne facă să trecem de la rușine la o inimă ușoară, de la traumă la reziliență? „Îmi amintesc că, la vârsta de șapte sau opt ani, când ea (mama mea) a decis să stea de vorbă cu noi scurt și concis despre pericolele prin care a trecut, am început să am coșmaruri noaptea. Vedeam nemți încălțați cu cizme intrând în casă, spărgând tot și luându-i cu forța pe părinții mei. Am plâns pe ascuns, iar pe la 11–12 ani, am început să citesc lucrări despre acest subiect. Eram marcată²¹².“ Nu trauma reală este cea care se transmite, ci reprezentarea sa. În acest caz, dacă este adevărat că percepem lumea în oglinda pe care o postăm în fața ei, de ce nu am deplasa oglinda, pentru a modifica imaginea? „Morții Shoahului nu erau doar victime, ci poate zeități pe un altar. În acea vreme, mă hrăneam cu fantasma că mi-ar fi plăcut foarte mult să fiu un deportat... dacă vedeam o persoană în vârstă cu un tatuaj pe braț, mi se părea că dădea bine. Aș fi preferat să fiu în locul ei, pentru a fi admirată²¹³.“

Mirii disperării

De la traumă în moalele capului la trauma-obiect de admirație: este necesar să înțelegem această aparentă opoziție.

Tinerii reveniți din lagărele morții s-au căsătorit imediat, de cum s-au reîntors la viață. Aceste mariaje precoce între supraviețuitori au fost numite „căsătoriile disperării”²¹⁴. Numeroasele cercetări efectuate pe acest subiect au subliniat extrema sensibilitate a soților, dureroasa ușurință cu care orice întâmplare recentă evoca necazul lor trecut și efectul prelungit al acestei imense perturbări. Copiii lor a trebuit să se dezvolte în contact cu niște părinți încă suferinzi, ceea ce i-a făcut foarte devreme responsabili de „bătrâni” lor, a căror slăbiciune o resimțeau. Se poate vorbi despre transmiterea traumei? Sau ar fi mai potrivit să spunem că acești copii s-au adaptat la partea întunecată pe care o percepeau la figurile lor de atașament?

Studiile referitoare la acest subiect sunt foarte contradictorii. Unii susțin că urmașii supraviețuitorilor Shoahului sunt biologic afectați, cu un nivel ridicat de cortizol, însemnând stres constant provocat de cea mai banală situație²¹⁵. Alți oameni de știință arată, din contră, că acești copii, priviți ca niște icoane, sunt „lumânările amintirii”, de care părinții lor sunt dependenți afectiv²¹⁶.

Teoriile atașamentului permit procurarea altor răspunsuri²¹⁷ prin asocierea unui număr important de abordări diferite, cum ar fi Adult Attachment Interview (AAI)²¹⁸ (modul prin care adulții evocă relația lor afectivă cu părinții), măsurarea anxietății, dozele de stres biologic, scara evenimentelor biografice, întrebările despre doliu și traume nerezolvate, criteriile de adaptare socială și observațiile directe asupra felului în care le acordă îngrijiri copiilor lor.

Din această enormă muncă a reieșit că:

- tinerii supraviețuitori ai Shoahului aveau în mod cert mai puține

reprezentări de atașament securizant (23%) decât grupurile cu care au fost comparați (65%);

- sufereau incontestabil mai mult de pe urma doliului nerezolvat;
- aceste dificultăți nu au fost transmise în nici un caz copiilor lor.

Și atunci?

Atunci, conversațiile intime conferă mai multă coerență decât studiile științifice. Toată lumea a fost mirată de marea reușită socială a acestor tineri supraviețuitori. Dar când vorbești cu ei despre viața lor personală, descoperi cu ușurință că universul lor afectiv era dezorganizat și că nu se simțeau bine decât în claritatea schematică a aventurii sociale. În forul lor interior, simțeau o grea suferință. Atunci ocoleau gândul că puteai să nu iubești cadavrul viu în care se transformaseră, că respirau nefericirea și că urmau să o transmită și celor care găseau de cuviință să-i iubească. Se refugiau în singura activitate în care nu sufereau, în care regulile de viață erau limpezi, unde tot ce conta era să te trezești devreme și să te culci târziu, negândindu-te decât la muncă. Aici, pe acest minuscul traseu social, în care te limitezi la curaj, nu erau chinuiți, ba chiar se linișteau. Durerea nu era niciodată departe, îi întrista incompetența lor afectivă, faptul că nu știau să spună „mamă“, că nu îndrăzneau să fie tandri, că nu inventau niciodată un ritual familial, o mică sărbătoare, o întâlnire caldă, la care se adună apropiații pentru a mânca împreună și a schimba o vorbă. „Mama făcea aceeași prăjitură“, cum vrei ca această frază amabilă și banală să le vină în minte, când ei nu avuseseră niciodată nici mamă, nici prăjituri? Credeau că pot compensa atașamentul dezorganizat, greutatea de a da formă iubirii confuze muncind mult, pentru a da mult. Ofereau pe ascuns, pentru că nu cunoșteau gesturile asociate unui cadou. Unii dintre ei au avut succes la școală, în timpul războiului fiindu-le interzis să meargă la ore. Mulți au avut parte de un remarcabil succes social, ce îi surprinde pe cei cărora, după o copilărie liniștită în sânul unei familii iubitoare, le-a fost greu să smulgă câteva diplome.

Aici parcă îi aud pe răuvoitori: „Prin urmare, dumneavoastră spuneți că trebuie să îi interzici unui elev să meargă la școală pentru a face din el un elev bun și că trebuie să îl închizi într-un lagăr al morții ca să reușească din punct de vedere social?“ Pentru a evita astfel de tachinări, propun să spunem că

acești tineri supraviețuitori au avut un succes morbid. Au studiat și au muncit ca nebunii pentru că astfel sufereau mai puțin, își puteau repara imaginea de sine și îndrăzneau să mai spere. Acest succes morbid ilustrează scindarea care le oferea o cale cât de îngustă pentru a deveni mai rezistenți pe marginea unei prăpăstii afective. Nu au știut să iubească decât atunci când un partener i-a învățat cu blândețe atașamentul securizant, pe care aproape toți îl pierduseră (77%). De aceea aceste „mariaje din disperare“ au fost pline de speranță, au îngăduit unui mare număr de traumatizați să își refacă imaginea, apoi să învețe încet, încet să țeasă o legătură trainică. Copiii proveniți din aceste cupluri au venit pe lume în plin șantier de reparație parentală. S-au atașat de un părinte scindat, curajos și întunecat, puternic social și vulnerabil din punct de vedere afectiv, investind exagerat în copilul care se simțea dominat, uneori chiar desconsiderat din cauza succesului părinților săi: „Ei au ajuns la un triumf social în circumstanțe îngrozitoare, în timp ce eu, care am primit totul de-a gata... Cred că mă disprețuiesc. Și totuși îi simt vulnerabili“.

În aceste familii, paradoxurile afective au fost frecvente. Păstrând tăcerea cu privire la oroarea pe care o înduraseră, părinții își protejau copiii și nu le transmiteau trauma. Însă, scindându-se pentru a diminua suferința în vederea vindecării, impregnau în sufletul acestora un atașament ambivalent.

Trauma se transmite în funcție de modul în care se vorbește despre ea

Morții fără morminte nu au provocat doliuri perpetue dacă, după șocul zguduitor, mediul lor social și afectiv a permis un avânt evolutiv rezilient. Tinerii orfani armeni, evrei sau rwandezi nu au trecut printr-un proces de doliu patologic dacă contextul le-a permis să regăsească un substitut familial, reînnodându-se o legătură care le-a dat posibilitatea să revină la viață și, uneori, un curaj patologic. Reziliența le-a adus o pace domoală.

Copiii acestor părinți traumatizați în curs de refacere aveau de-a face cu adulți deschiși din punct de vedere social și închiși din punct de vedere emoțional. Scindarea, mecanism de legitimă apărare și adaptare la agresiune, nu le permite să își dezvolte reziliența, însă îi protejează pe părintele rănit și pe copil împotriva suferinței. În cazul în care acești copii nu ar fi știut să țină secretul originii lor, ei ar fi dispărut, iar după război, dacă ar fi dezvăluit prea devreme partea lor din umbră, le-ar fi transmis trauma urmașilor lor. Au inițiat, fără să vrea, un stil emoțional ambivalent care, paradoxal, le-a apărut pruncii. Datorită acestei forme de apărare anevoioase, copiii supraviețuitorilor, ajunși adulți, nu diferă mult față de grupurile de referință²¹⁹. Unul din trei manifestă un atașament nesecurizant, ca în cazul celorlalți oameni. Ceea ce înseamnă că primii născuți, mai pregnant ambivalenți, au cunoscut o ameliorare odată cu timpul și cu întâlnirile de care au avut parte, în timp ce mezinii au putut să se dezvolte lângă părinți deja vindecați. Adulții suferinzi împreună cu primul lor bebeluș au fost constrânși la un efort de reziliență care le-a permis să învețe să iubească „ca oricine“, doar că mai târziu.

Stilurile emoționale care se transmit cel mai ușor sunt atașamentul securizant și cel confuz²²⁰ (dezorganizat). Este vorba de o tendință, nu despre o fatalitate, deoarece confuzia nu este iremediabilă. Trebuie doar să-i ajutăm pe părinții răniți, pentru a se vindeca și pentru a împiedica sentimentul disperării. Transmiterea traumei are loc doar dacă situația familială sau contextul cultural construiește închisori afective ori părintele îndurerat,

singur, împreună doar cu cel mic, face ca suferința să-l atingă în mod direct. Adultul nu comunică șocul traumatic (ideea pe care și-o face despre ceea ce i s-a întâmplat) decât într-o relație de atașament de tip fuzional, izolată de lume.

După război, tinerii supraviețuitori și-au ascuns durerea de anturajul și copiii lor prin negare, scindare și curaj morbid. Au plătit un preț foarte mare, însă au făcut o afacere bună, fiindcă cei care nu au achitat acest preț au transmis trauma sau au rămas cu vinovăția că au supraviețuit. În La Seyne, unde lucrez eu, comuniștii au fost foarte curajoși în timpul celui de al Doilea Război Mondial. Unii dintre ei au participat la Eliberare, cu armata lui Leclerc, care a debarcat în Provence, mulți au fost împușcați pe când erau în Rezistență, iar alții s-au întors din lagăre hotărâți să depună mărturie. Au vorbit, au comemorat, au arătat fotografiile și, fără odihnă, au descris plastic sentimentul de groază al acestei persecuții de nedescris. Nu au practicat niciodată negarea, nici transformarea suferinței, într-atât își doreau să demaște ticăloșia nazismului.

Copiii lor s-au dezvoltat luând zilnic contact cu reprezentarea coșmarului. Părinții au rămas echilibrați, niciodată scindați, mereu curajoși și angajați, „pentru ca acest lucru să nu se mai întâmple vreodată“, iar urmașii lor au interiorizat o lume a morții, a torturii și a terorii.

La polul opus, adulții care au practicat negarea au refuzat să perceapă trauma din realitatea imediată: „Gata, toate astea s-au terminat... viața merge mai departe... terminați cu văicăreala, nici noi nu aveam ce mânca“. Ei au fost scindați când „în centrul psihismului [există] două grupe de fenomene, adică două personalități care se pot ignora reciproc“²²¹. Acești părinți, datorită tulburării personalității lor, nu au transmis trauma, însă asta nu înseamnă că nu au transmis nimic. Felul lor de a fi, care stârnea curiozitatea, intelectul, afectivitatea puternică, dar exprimată anevoios, au provocat în copiii lor un atașament ambivalent. Admirativi față de acești părinți de care se temeau, îi disprețuiau uneori din cauza stângăciei relaționale.

Părinții suferinzi care au refuzat să tacă, pentru a combate nazismul în forță, au transmis câteodată o traumă, cufundându-i pe copiii lor într-o reprezentare de nesuportat, în timp ce părinții scindați, închistându-și povestea, și-au protejat descendenții de coșmar. I-au învățat un atașament ambivalent, dar

acest stil afectiv este unul dintre cele mai lesne de modelat, acela pe care îl putem face cel mai ușor să evolueze, acționând asupra reprezentărilor vehiculate de către istorisirile din jur.

„Majoritatea deportaților au așteptat adolescența urmașilor pentru a vorbi cu ei despre deportare²²².“ Mai discutaseră despre acest subiect cu tovarășii de viață, cu familiile acestora, cu câțiva apropiați, însă frazele rostite clar în jurul copilului nu puteau intra în psihismul acestuia, pentru că nu aveau nici o semnificație pentru el. Nu este vorba despre o negare din partea copilului, ci, mai degrabă, de o surditate psihică în care nu poți înțelege o informație ce nu are sens. „Am visat un kapo²²³ cu care am fost la Auschwitz. A fost achitat după Eliberare, fapt ce a avut un efect straniu asupra mea.“ Această afirmație auzită de un copil de maximum zece ani ar putea avea un sens apropiat de: „L-am visat pe băcanul cu care am fost la Bénodet. Și-a închis magazinul, fapt ce a avut un efect straniu asupra mea.“ Această informație nu merită efortul de a fi păstrată în memorie și nici nu contribuie la identitatea copilului al cărui tată i-a oferit această știre.

În schimb, atunci când ajunge la adolescență, la vârsta socializării, cuvintele „Auschwitz“ și „kapo“ au devenit pline de sens. Atunci, descendentul este alertat de o astfel de frază, cu condiția ca relația verbală părinte–copil să fie menținută și în această perioadă, ceea ce nu se întâmplă mereu; apoi, cu condiția ca soția să nu îl reducă pe cel care a suferit la tăcere, pentru a nu se indispuce; cu condiția ca familia și prietenii să fie interesați de această veste; numai în cazul în care cultura le dă dreptul la cuvânt celor traumatizați, pentru că tendința este, de obicei, aceea de a păstra tăcerea, pentru a menține pacea. Atunci când poveștile din jur sunt spuse cu libertate, „un descendent din doi spune că a auzit aceste lucruri pe când era copil..., iar celălalt că «a înțeles ce înseamnă» în primii ani ai adolescenței“²²⁴, dar „20% dintre acești descendenți nu au putut vorbi niciodată despre acest subiect“²²⁵.

A trece de la rușine la mândrie

Atașamentul ambivalent al primilor ani a evoluat, prin urmare, dacă adolescentul și-a descoperit brusc, prin socializare, interesul pentru povestea vechii traume a părintelui său. Când descendenții devin adulți, deja au învățat atașamentul ambivalent datorită primei iubiri și și-au schimbat felul de a privi durerea părinților lor.

În cazul acestor urmași, se constată că 87% dintre copii au devenit mândri de părinții lor deportați sau uciși pe când erau în Rezistență sau când s-au înrolat în armată. Lupta celui care i-a conceput oferă copiilor o reprezentare glorificatoare chiar și atunci când nu este declarată în public. Micuțul își imaginează: „Tatăl meu s-a alăturat Legiunii Străine. A primit un ordin de chemare în armată înainte de a fi arestat pe patul de spital“. Chiar dacă această reprezentare rămâne în sufletul său, copilul știe că va sosi o zi când va putea povesti acest lucru întocmai.

Povestea părinților săi, pe care adolescentul o pune în scenă în teatrul său intim, provoacă sentimente care se pot modifica acționând asupra culturii, asupra discursurilor politice, asupra eseurilor filosofice și asupra operelor de artă. Această reprezentare poate evolua atunci când interesele descendenților se schimbă: „Luam în derâdere toate aceste lucruri, îmi era frică, ceea ce mă contraria, însă acum mă pasionează să descopăr povestea de viață covârșitoare a părinților mei“. Ca într-o tragedie greacă, a fost nevoie să treacă printr-o serie de probe greu de imaginat. Și-au proiectat asupra mea umbra enigmatică, care m-a transformat într-un copil nesigur, visător, constrâns la activitate intelectuală. Am devenit psihanalist pentru a fi capabil să metamorfozez suferințele lor într-o poveste sublimă, într-o relatare care face ca lucrurile ascunse ale condiției noastre să fie înțelese: „Eram mândru de ceea ce moștenisem, de faptul că amândoi îmi transmisese această dificultate, această chestiune mereu deschisă care m-a făcut mai puternic... mândru de numele meu“²²⁶.

Inevitabila transformare a eposului cultural, a intereselor copilului și a efortului de detașare față de cel care a suferit trauma explică impresionanta ușurință a dialogului dintre cei care au fost răniți și nepoții lor²²⁷. Odată cu trecerea timpului, munca lor de reziliență a avansat, iar ei au militat pentru schimbarea reprezentărilor intime și sociale, așa că nepoții nu au fost nevoiți să îndure efectul ambivalent al umbrei suferinței morale. Relația este mai transparentă, legătura mai firească și ambele părți vorbesc cu plăcere. Da, cu plăcere: plăcerea celui care a purtat rana și care, rezilient acum, nu își mai mărturisește rușinea și suferința. Este o narațiune despre victoria împotriva abominațiunii, pe care personajul le-o povestește nepoților plini de admirație că au un bunic nemaipomenit care i-a învins pe cei răi și a devenit amabil și blând. Siegi Hirsh spune: „Nepoții mei sunt primii cărora nu le spun că cifrele de pe brațul meu nu reprezintă un număr de telefon. Le explic, le vorbesc acum ca un bunic“²²⁸.

Primul copil al persoanelor traumatizate s-a născut când părinții lui încă sângerau. Copiii mai mici au simțit mai puțin povara durerii parentale, însă au simțit mai mult șocul conflictelor mute. Cu toții au perceput umbra, enigma neliniștitoare care frizează angoasa, dar care poate fi și o chemare la plăcerea cercetărilor minuțioase. Un mare număr dintre acești copii au devenit artiști, cercetători, exploratori ai abisurilor, cum ar fi romancierii sau psihanalizii. Aceste călătorii în lumile interioare le-au prilejuit întâlnirea cu dulcea oboasă a trudei și cu plăcerea descoperirii, care le-a domolit ambivalența. Procesul de reziliență psihologică a copiilor persoanelor reziliente le-a dăruit nepoților părinți creatori și bunici magnifici. Atunci când trauma ne silește să ne schimbăm, din cauza căderii psihice pe care a provocat-o, reziliența ne îndrumă spre metamorfoza care transformă o durere sfâșietoare în forță și o rușine în mândrie.

Suntem departe de cauzalități lineare, unde un agent provoacă un efect care se agravează de-a lungul generațiilor. În teoriile rezilienței, subiectul se află sub influența unei constelații de determinanți, unde se zbate și va căuta în mod intenționat îndrumători lângă care va putea să-și reia dezvoltarea.

Transmiterea nenorocirii este departe de a fi fatală

De aceea exemplul copiilor deportați este poate un pic prea evident: Răul este dat de-o parte, iar Binele va triumfa în final, ca morala unui basm popular. Cum vor proceda, pentru a deveni rezilienți, copiii maltratați care vor să-și protejeze tatăl agresiv? Ce vor face copiii victime ale incestului care simt, în același timp, rușine și plăcere²²⁹? Acest lucru le agravează trauma, deoarece categoriile sunt mai puțin clare, iar cei din vecinătate îi brutalizează adesea o dată în plus, refuzând să creadă că tatăl lor amabil a putut face așa ceva.

Copiii ascunși în timpul războiului au mers alături de moarte în fiecare zi. Un vecin putea să-i denunțe pentru o simplă frază care le-ar fi scăpat, cineva din Gestapo sau un membru SS putea să-i ucidă doar din cauza unei priviri. Chinul era real, dar ei știau de unde venea răul și cine îi proteja. Diavolul se încarna într-o ideologie socială, iar Dreptii îi salvau, grație dragostei lor. După război, au existat adopții intrafamiliale de multe ori fericite, au fost familii, uneori lacome, care au luat micuți în plasament, mulți copii nu s-au putut întoarce la școală, nu au primit ajutor din partea statului pentru că nu aveau certificatul de deces al părinților dispăruți și, învățați să tacă pentru a supraviețui, au continuat să o facă și pe timp de pace. Dorind să ascundă monstruoșitatea din viața lor, păreau ciudați și se izolau și mai mult.

Mulți orfani de război nu s-au aflat vreodată într-o situație mai chinuitoare. Când, înainte de catastrofă, reușiseră, din fericire, să țese primele fire ale unui atașament securizant, părinții le-au fost luați deodată, iar ei au rămas fideli acestei imagini și au continuat să dezvolte un atașament echilibrat față de o persoană dispărută²³⁰. Această legătură era perfectă, dat fiind faptul că părinții morți nu mai puteau greși. Copiii în cauză au fost și mai fideli dorințelor vii ale părinților lor defuncți. Când un vecin sau o amintire a dezvăluit ambiția părintelui decedat: „Mama ta, când te-a adus pe lume, a spus: «Va fi medic»“, această revelație a conferit scopului de dincolo de mormânt o putere deloc de neglijat. Astfel, atașamentul a rămas ideal după moarte, iar acest mandat transmis prin generații a însărcinat copilul cu o

misiune transcendentă, lucru care explică curajul patologic care duce spre reușite nesănătoase, pe care cultura noastră le admiră atât de mult.

Transmiterea nenorocirii este departe de a fi fatală. Cei care au încasat șocul uneori au murit, însă cei care s-au luptat au dezvăluit o lume intimă în formă de oximoron: „Zdrobiți de oroarea la care au fost martori... [au, de asemenea] senzația de a fi fost salvați într-un mod miraculos“²³¹. A doua generație se dezvoltă în contact cu părinți în plină muncă de reziliență.

„Asurziți de vacarmul nespusului... în fața unui vid bântuit de fantome“²³², ies din această situație devenind persoane care descifrează enigme sau repară lumi mentale. Astfel încât a treia generație reinstaurează legăturile familiale, descoperind plăcerea de a interoga prima generație, aceea care, în trecutul ei, suferă în realitate.

Este imposibil să nu dai mai departe, este de ajuns pentru asta să fie un trup lângă alt trup, însă ceea ce trece de la suflet la suflet poate transporta atât fericire, cât și nefericire. Atunci când trauma naște o umbră, istorisirile din jur pot face să răsară fie broaște râioase, fie prințese. Aceasta este puterea poveștilor, complicata speranță a rezilienței.

VII. CONCLUZIE

L-am cunoscut bine pe domnul Superman. Multă vreme i-am fost alături prin psihoterapie. Suferea de o gravă nevroză a destinului, care îl făcea să creadă că existența sa era guvernată de o forță invizibilă care îl împingea să alerge în ajutorul oricărei persoane aflate în pericol. Această constrângere permanentă îi dădea domnului Superman senzația că era condus, în pofida voinței sale, spre „revenirea periodică a evenimentelor, care se înlănțuiau ca într-un scenariu identic”²³³.

Domnul Superman a fost foarte afectat de acest lucru.

Un vis îi permite să descopere enigma acestei repetiții. Când era mic orfan într-o instituție anonimă, dimineața la trezire era mirat, fiindcă avea foarte frecvent un vis în care doar dacă ridică brațele și rotește picioarele, de parcă ar fi fost pe o bicicletă, se înalță încet în văzduh. Când, peste zi, îl cuprindea amărăciunea, noaptea avea acest vis de eliberare extatică. Însă în zori era trist, fiindcă descinderea îl aducea înapoi la realitatea lipsită de speranță. Ca să sufere mai puțin de pe urma existenței sale, făcea în așa fel încât să se pună în situații dificile în care simțea că trăiește cât de cât. Influența trecutului îl împingea să repete ceea ce învățase.

Domnul Superman nu era fericit, fiindcă acest mecanism de apărare, care avusese succes pe când era copil, se transformase cu vârsta într-un destin care îl forța să refacă scenariile de care nu mai avea nevoie. „Sunt purtat pe aripile nenorocirii”, spunea el mâhnit. „Caut în lumea reală împrejurări care să mă însuflețească. Când acțiunea măreață s-a terminat, întoarcerea la cotidian confirmă neantul zilelor mele, împotriva căruia lupt printr-o serie de acțiuni aventuroase.” „Peripețiile îmi prelucrează eul în ce privește capacitatea sa de a mă menține în viață în fața pericolului”²³⁴, adăuga cu amărăciune. Punând astfel la cale o strategie de existență, se supunea cu o plăcere stranie manevrei defensive și se întreba de unde vine această constrângere neobișnuită. La acea vreme nu știa că destinul îi transformă în sclavi pe cei care cred în ceea ce născocesc.

Trebuia deci să se desprindă de această rezistență care, la timpul ei, îl protejase pe domnul Superman, dar care astăzi îl încarcera în propriul trecut.

Rana psihologică provoacă mai degrabă stupeoare decât tortură, în așa fel încât unele persoane traumatizate dau impresia de o indiferență șocantă: „Nu mai sufăr, nici măcar nu mai exist“²³⁵, declară suspinând.

Poți rămâne neînsuflețit, este soluția cea mai confortabilă, este exact ceea ce cultura noastră acceptă cu mare plăcere. „După tot ce i s-a întâmplat, vă dați seama că este marcat pe viață.“ Prea multă compasiune condamnă la moarte psihică, iar dacă, din nefericire, vă zbateți să reveniți la viață, riscați să provocați un scandal: „Ce? Dansează, e fericit după ce a venit de la cimitir?!“ Dacă porți multă vreme doliu, dai senzația de virtute, iar văduvele vesele sunt deseori judecate greșit. Când ai răni sufletești nu poți părea normal decât dacă suferi încontinuu. Dacă, din nenorocire, îți revii, înzdrăvenirea relativizează crima agresorului. Reziliența devine suspectă, nu credeți?

Nu rareori judecăm astfel reîntoarcerea la viață când evaluăm severitatea unei nelegiuiri în funcție de gravitatea consecințelor sale. Am impresia că, în societățile în curs de dezvoltare, te identifici cu agresorul, admiri forța celui care se impune și cunoaște mijloacele prin care face să triumfe propriile concepții sociale. Însă, în societățile stabile, identificarea cu cel supus agresiunii te face să pari virtuos și democratic. Cel ajuns într-o situație bună își permite plăcerea unui sentiment de moralitate, declarând că este empatic cu suferința celor traumatizați.

Domnul Superman ilustrează acest mod de viață într-o cultură în care sărmanul, vulnerabilul și cel în nevoie demonstrează brusc că nu sunt atât de epuizați, dat fiind faptul că aleargă în ajutorul celor agresați, fără a-și părăsi umila condiție. Eroul nostru ilustrează această schimbare de direcție, de la starea de dominat pe nedrept la cea de dominator just.

Reziliența este o a treia cale, evitând atât identificarea cu agresorul, cât și cu cel agresat. Într-un proces rezilient, este vorba despre a descoperi în ce fel se poate reveni la viață fără a repeta agresivitatea sau a te victimiza. La necaz, toți, absolut toți, spun: „Aș vrea să fiu ca restul lumii“. Iar în momentul în care unii încep să iasă la suprafață, toți aceștia, absolut toți, declară: „Știți, am avut mult noroc“. Ne aflăm la polul opus al ideii de supraom, care, implicit, o

conține și pe cea de subom.

Reziliența încearcă să răspundă la două întrebări:

- Cum este posibil să speri atunci când ești disperat? Cercetările despre atașament oferă un răspuns.
- Ce am făcut ca să ies din această situație? Studiile despre povestirile intime, familiale și sociale explică în ce mod putem modifica reprezentarea lucrurilor.

O persoană suferindă nu poate să reînceapă să trăiască imediat după traumă. Nu poți să dansezi când ești la pământ. După prăbușire, este nevoie de o perioadă de anestezie pentru a-ți recăpăta calmul și a-ți regăsi speranța. Amorțea psihică ce urmează tulburării explică negarea ororii: „Da, am fost victima unui atentat. În jurul meu erau urlete și morți. Am suferit arsuri grave. Și ce? Am participat la războiul din Algeria și am scăpat nevătămat! Viața merge mai departe“. Nu există nici un conflict într-un astfel de raționament. Ceilalți sunt cei care nu înțeleg nimic. „O parte uriașă a vieții mele psihice e marcată... și ce-i cu asta? Viața continuă!“

Dacă mergem prea devreme după un șoc, agravăm fractura, dacă vorbim în pripă, întreținem rana. Însă, într-o zi, va trebui neapărat să încetăm să trăim împreună cu moartea și, pentru a putea regăsi un pic de bucurie, va fi nevoie să ne detașăm de acest trecut dureros. Așa că acționăm, ne angajăm, vorbim despre altceva, scriem o poveste la persoana a treia, pentru a exprima detașat ceea ce ne ajută să dominăm emoția și să ne reluăm în posesie universul intim.

Primii pași pe lungul drum al rezilienței sunt realizați după perturbare, când o scânteie de viață emite un pic de lumină în lumea umbră de lovitură primită. Atunci moartea psihică încetează și începe munca pentru revenirea la viață.

Se întâmplă ca perioada amoroasă, formarea cuplului, să constituie tocmai o

perioadă sensibilă în care trecutul are din nou un rol și în care viitorii parteneri se angajează în această întâlnire cu tot ceea ce au dobândit înainte, cu scopul de a-și împlini viața la care au visat: „Cine sunt eu, ca să fiu iubit?“ Această întrebare întemeiază cuplul și adoptă înțelegerea implicită care îl va conduce.

Din acel moment, în fiecare zi, la micul dejun, la fiecare „noapte bună“, miracolele involuntare și bogăția banalului țes o nouă legătură și aduc pe lume o altă existență.

Trebuie negreșit să cânt

Nu pot fi doar un țipăt...

Ascultați cum plâng în voi, ca din infern,

Poveștile trecutului.

Crunta sămânță ce-o aștern

Crește din poem în poem

*Revoltele încep din nou.*²³⁶

Privilegiul poetului este acela că poate spune în câteva versuri ceea ce mie mi-a luat 219 de pagini.

E. Rostand, „Noaptea este frumos să crezi în lumină“, în Catherine Schmutz-Brun, *La Maladie de l'âge*, FAPSE, Universitatea din Geneva, Colocviul Fontevraud, 22 mai 2003

B. Hoerni, *L'Archipel du cancer*, Le Cherche-Midi, Paris, 1994, p. 54

F. Chapuis, în J. Alessandri, „À propos de la résilience“, disertație pentru diploma universitară de victimologie, Universitatea René-Descartes, Paris,

1997, p. 25

4 A. Jollien, *Éloge de la faiblesse*, Cerf, Paris, 1999

5 P. Gutton, comunicare personală, *Zile de psihanaliză în preajma lui Jean Laplanche*, „Le crime sexuel“, Aix-en-Provence, 27 aprilie 2002

6 S. Freud, *Correspondance, Lettre du 19 septembre 1930*, Gallimard, Paris, p. 436. P. Sabourin, *Ferenczi. Paladin et le grand vizir secret*, Éditions universitaires, Paris, 1985, pp. 150–151

R. Spitz, *La Première année de la vie de l'enfant*, PUF, Paris, 1963, p. 122

8 A. Freud, *ibid.*, Prefață

9 J. Sandler, *L'Analyse des défenses. Entretiens avec Anna Freud*, PUF, Paris, 1989

J. Bowlby, *Attachement et perte*, PUF, Paris, 3 volume, 1978–1984

P. Aulagnier, *L'Apprenti-historien et le maître-sorcier*, PUF, Paris, 1984

J. Bowlby, comunicare științifică la al 139-lea congres al Asociației Americane de Psihiatrie, Washington, 10–16 mai 1986, tradusă în: „L'avènement de la psychiatrie développementale a sonné“, *Devenir*, număr special John Bowlby, *L'Attachement*, volumul 4, nr. 4, 1992, p. 21

P. Levi, „Hier ist kein warum“, *Mai este oare acesta un om?*, 1947

C. de Tichey, în M. Anaut, „Trauma, vulnérabilité et résilience en protection de l'enfance“, *Connexions*, nr. 77, 2002, p. 106

G. de Gaille-Anthonioz, prefață la G. Tillion, *La Traversée du canal*, convorbiri cu Jean Lacouture, Arléa, Paris, 2000

„À bâtons rompus avec Germaine Tillion“, *Le Patriote résistant* nr. 21, 726, aprilie 2000

J. Guillaumin, *Entre blessure et cicatrice*, Champ Vallon, Seyssel, 1987, pp.

196–198

1 J.-L. Godard, *Elogiu dragostei*, 2001

2 G. Haldas, *Mémoire et résurrection, L'Âge d'Homme*, Lausanne, 1991, pp. 167–168

3 B. Cyrulnik, *Sous le signe du lien*, Hachette, Paris, 1989, pp. 225–226

4 D.L. Schacter, *À la recherche de la mémoire*, De Boeck Université, Bruxelles, 1999

5 M. Nowak, *La Banquière de l'espoir*, Albin Michel, Paris, 1994, p. 108

6 *Ibid.*, p. 126

7 J. Gervet, M. Pratte, *Éléments d'éthologie cognitive*, Hermès Sciences Publications, Paris, 1999, pp. 47–61

8 Se pare că este vorba despre o falsă amintire, pentru că asociațiile „Charles Péguy“ nu au regăsit acest citat. Poate este vorba despre o interpretare personală, pornind de la ideea lui William James: „Viața mentală este, înainte de orice, o finalitate“, în W. James , *Textbook of Psychology*, 1908.

9 P. Karli, *Le Cerveau et la liberté*, Odile Jacob, Paris, 1995, pp. 303–306

¹⁰ A. Adler, *What Life Should Mean to You*, 1931

¹¹ Z. Laïdi, *Le Sacre du présent*, Flammarion, Paris, 2000, în N. Aubert, „Le temps des urgences“, *Cultures en mouvement*, august 2003, nr. 59

¹² Organizația Mondială a Sănătății

¹³ N. Sartorius, *Congresul Internațional IFOTES*, Ljubljana, Slovenia, iulie 2003, pp. 7–8; și N. Sartorius, *Fighting for Mental Health*, Cambridge University Press, Cambridge, 2002

¹⁴ V.E. Frankl, *Omul în căutarea sensului vieții*, Editura Meteor Press, traducător Silvian Guranda, 2009

¹⁵ L. Marin, *De la représentation*, Seuil, Paris, 1994, p. 169

¹⁶ Ibid.

¹⁷ J.-L. Viaux, „Comment parler de soi“, în R. Perron (ed.), *Les Représentations de soi*, Privat, Toulouse, 1991, pp. 49–53

¹⁸ P. de Roo, *Mécaniques du destin*, Calmann-Lévy, Paris, 2001, p. 19

¹⁹ J. Hatzfeld, *Dans le nu de la vie. Récits du marais rwandais*, Seuil, Paris, 2000, p. 161

²⁰ „La Gazette des tribunaux, 11–12 janvier 1892“, în G. Vigarello, *Istoria violului. Secolele XVI–XX*, Editura Amarcord, 1998

²¹ „Sainte Thérèse d’Avila“, în P. de Roo, *Mécaniques du destin*, op. cit.

„Perioadă sensibilă: moment în viața unui organism în care devine apt pentru a dobândi anumite îndemânări. În cadrul unei perioade ontogenetice, anumite influențe ale mediului înconjurător lasă o impresie mai stabilă și de mai lungă durată decât o experiență echivalentă sau mai puternică din afara acestei faze“, în K. Immelman, *Dictionnaire de l’éthologie*, Mardaga, Bruxelles, 1990.

K.R. Merikangas, J. Angst, „The challenge of depressive disorders in adolescence“, în M. Rutter (ed.), *Psychosocial Disturbances in Young People: Challenges for Prevention*, Cambridge University Press, Cambridge, 1995, pp. 131–165

3 A.C. Petersen, B.E. Compas, J. Brooks-Gunn, M. Stemmler, S. Ey, K.E. Grant, „Depression in adolescence“, *American Psychologist*, 1993, 48, pp. 155–158

4 B. Ambuel, „Adolescents unintended pregnancy and abortion: the struggle for a compassionate social policy current directions“, *Psychological Science*, 1995, 4, pp. 1–5

5 J. Bowlby, *Crearea și ruperea legăturilor afective*, Editura Trei, București, 2016

6 R. Miljkovitch, „L'attachement au niveau des représentations“, în N. Guedeney, L'Attachement. Concepts et applications, Masson, Paris, 2002, pp. 27–28

7 A. Guedeney, „De la réaction précoce et durable de retrait à la dépression chez le jeune enfant“, Neuropsychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, 1999, 47 (1–2), pp. 63–71

8 B. Egeland, E. Farber, „Infant-mother attachment: factors related to its development and changes over time“, Child Development, 1984, 55, pp. 753–771

9 J. Lecomte, Guérir de son enfance, Odile Jacob, Paris, 2004, p. 42

M.H. Ricks, „The social transmission of parental behaviour: attachment across generations“, Monographs of the Society for Research in Child Development, 1985, 50 (1–2), p. 227

Actualmente, Catherine Enjolet pune pe picioare o asociație care oferă acest tip de dar relațional copiilor cu dificultăți: „Parrain par mille“, 25, strada Mouffetard, 75005, Paris.

R.L. Paikoff, S. Brook, J. Gunn, „Physiological processes: what role do they play during the transition to adolescence?“, în R. Montemayor, G.R. Adams, A Transitional Period?, Sage, Newbury Park, 1990, pp. 63–81

P.C. Racamier, L'Inceste et l'incestuel, Collège de psychanalyse groupale et familiale, Paris, 1995: „[...] amprentă a incestului non-fantazat, fără să fie neapărat atinse aspectele genitale“. Încercarea de a purta hainele mamei sau urmărirea cu plăcere a unui joc erotic parental provoacă în mintea copilului o notă de incest.

H. Freeman, „Who do you turn to: individual differences in late adolescence perception of parents and peers as attachment figures“, teză de doctorat, Universitatea din Wisconsin, 1997, în F. Atger, Attachement et adolescence, Masson, Paris, 2002, pp. 127–135

H. Bee, D. Boyd, Psychologie du développement. Les âges de la vie, De Boeck Université, Bruxelles, 2003, pp. 297–299

J.E. Fleming, „Prevalence of childhood and adolescent depression in the community, Ontario child health study“, British Journal of Psychiatry, 1989, 15, pp. 647–654

P. Jeammet, „Les risques de décompensation dépressive à l'adolescence et la démarche préventive“, în C. de Tichey, La prévention des dépressions, L'Harmattan, Paris, 2004

R. Miljkovitch, „Attachement et psychopathologie durant l'enfance“, în N. Guedeney, A. Guedeney, L'Attachement. Concepts et applications, op. cit., pp. 121–125

J.P. Allen, D.J. Land, „Attachement in adolescence“, în J. Cassidy, P. Shauer (ed.), Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Implications, Guilford Press, New York, 1999, pp. 595–624

B. Cyrulnik, „De l'attachement à la prise de risque“, în J.-L. Venisse, D. Bailly, M. Reynaud (dir.), Conduites addictives, conduites à risques: quels liens, quelle prévention?, Masson, Paris, 2002, pp. 75–81

B. Cyrulnik, în M. Versini (ed.), „Les enfants des rues“, colocviu UNESCO, 25 ianuarie 2002

J. Waldner, „Le placement en institution“, în J.-P. Pourtois (ed.), Blessure d'enfant, DeBoeck Université, Louvain, 1995, p. 253

Despre teoria amprenteii, a se vedea B. Cyrulnik, Sous le signe du lien, Hachette, Paris, 1989; Les Nourritures affectives, Odile Jacob, Paris, 1991; Les Vilains Petits Canards, Odile Jacob, Paris, 2001; și F.-Y. Doré, L'Apprentissage, une approche psycho-éthologique, Maloine, Paris-Québec, 1983

D. Bauman, La Mémoire des oubliés, Albin Michel, Paris, 1998, pp. 205–206

M. Lemay, „Les difficultés sexuelles de l'adolescence“, Psychiatries 6, nr.

64, 1984, pp. 57–64; și „Carences primaires et facteurs de risque de dépression postnatale maternelle“, în C. de Tichey, La Prévention des dépressions, op. cit.

A.F. Valenstein, „Une fille devient femme: le caractère unique du changement de l’image de soi pendant la grossesse“, în E.J. Anthony, C. Chiland, Prévention en psychiatrie de l’enfant en un temps de transition, PUF, Paris, 1984, p. 135

M. Silvestre, „Pathologie des couples“, curs universitar, Toulon, 17 ianuarie 2004

E. Werner, S. Smith, Vulnerable but Invincible, McGraw Hill, New York, 1982

C. Garcia, L.M. Reza, A. Villagran, „Promoción de resiliencia en niñas y jóvenes con antecedentes de abandono y maltrato“, Aldea Infantil SOS, Tijuana (Mexico), 2003

E. Roudinesco, prefață la Jenny Aubry, Psychanalyse des enfants séparés, Denoël, Paris, 2003, p. 26

Concluziile acestor experimente în B. Cyrulnik, Sous le signe du lien, op. cit.

J. Aubry, „La carence de soins maternels“, ibid., pp. 26–28

J. Bowlby, „L’avènement de la psychiatrie développementale a sonné“, Devenir, volumul 4, nr. 4, 1992, p. 21

Mărturia lui Marie-Rose Moro, primită de un ministru al Familiei din America de Sud, referitoare la copiii străzii.

M. Rutter, „La séparation parents-enfants, les effets psychologiques sur les enfants“, Psychiatrie de l’enfant, 1974, XVII, 2, pp. 479–514

C. Dickens, Oliver Twist, 1838

J.-M. Périer, Le Temps d’apprendre à vivre, XO, Paris, 2004, p. 92

L. Aragon, Il n'y a pas d'amour heureux, în La Diane français, Seghers, Paris, 1946

M. David, Le Placement familial de la pratique à la théorie, ESF, Paris, 1989, p. 44

Expresie ce îi aparține lui Boris Cyrulnik, desemnând persoane care, la vârsta adultă, continuă să se comporte ca niște copii. (n.tr.)

B. Cyrulnik, Murmurul fantomelor, Curtea Veche Publishing, București, 2005, și J.-F. Legoff, L'Enfant, parent de ses parents, L'Harmattan, Paris, 2000

J. Plaquevent, Le Premier Droit de l'enfant, De Fallois, Paris, 1996, pp. 109–119

C.B. Stendler, „Possible causes of overdependency in young children“, Child Development, 25, 1954, pp. 125–146

J. Bowlby, Attachement et perte, volumul al II-lea, Séparation, angoisse et colère, PUF, Paris, 1978, pp. 318–319

J. Newson, E. Newson, Four Years Old in an Urban Community, University of Chicago Press, Chicago, 1968

S. Freud, Trei eseuri privind teoria sexualității, Editura Măiastra, București, 1991

J. Bowlby, Attachement et perte, volumul al II-lea, op. cit., p. 323

F. Hurstel, „Psychopathologie ordinaire du lien familial. Enfant sujet, parents objets?“, Le Journal des psychologues, nr. 213, ianuarie 2004, p. 21

D. Marcelli, L'Enfant, chef de la famille. L'autorité de l'infantile, Albin Michel, Paris, 2003, pp. 254–257

S. Lesourd, „La «passion de l'enfance» comme entrave posée à la naissance du sujet“, Le Journal des psychologues, nr. 213, ianuarie 2004, pp. 22–25

J.-P. Chartier, L. Chartier, Les Parents martyrs, Privat, Toulouse, 1989

B. Cyrulnik, „Les muets parlent aux sourds“, în „La mémoire de la Shoah“, Le Nouvel Observateur, număr special, ianuarie 2004

Kiyoshi Ogura (1980), „Alternance de séduction, de symbiose et d'attitudes meurtrières des enfants japonais envers leur mère: syndrome d'une ère nouvelle?“, în E.J. Anthony, C. Chiland, Prévention en psychiatrie de l'enfant en un temps de transition, op. cit., pp. 319–325

Ibid., p. 323

M.-C. Holzman, Journées de l'UNICEF, Paris, 17 aprilie 1996

G. Wahl, Epsilon, Labos Boots-Darcour, nr. 4, 1989

M.J. Paulson, R.H. Coombs, J. Landsverk, „Youth who physically assault their parents“, J. Fam. Violence, 1990, 5, 2, pp. 121–133

S. Honjo, S. Wakabayashi, „Family violence in Japan: a compilation of data from the department of psychiatry“, Nagoya, 1998, citat în referința următoare

M. Dugas, M.-C. Mouren, O. Halfon, „Les parents battus et leurs enfants“, Psychiatrie de l'enfant, 1985, 28, pp. 185–220

B. Cyrulnik, A. Alameda, P. Reymondet, „Les parents battus: de la séduction à la soumission“, în M. Delage, congrès de neurologie și de psihiatrie în limba franceză, Toulon, 14 iunie 1996

A. Laurent, J. Boucharlat, A.-M. Anchisi, „À propos des adolescents qui agressent physiquement leurs parents“, Annales médico-psychologiques, 1997, 155, nr. 1

C. Delannoy, Au risque de l'adoption. Une vie à construire ensemble, La Découverte, Paris, 2004, p. 88

L. Keltikangas-Jarvinen, „Attributional style of the mother as a predictor of aggressive behaviour of the child“, Aggressive Behavior, 1990, volumul 1, pp.

1–7

C. Delannoy, *Au risque de l'adoption. Une vie à construire ensemble*, op. cit., pp. 89–90

I. Kershaw, *Hitler 1889–1936*, Flammarion, Paris, 1998

Ibid., p. 48

Ibid.

Ibid., p. 49

Ibid., p. 71

Ibid., p. 49

Ibid., p. 58

Ibid., p. 55

J. Guillaumin, *Entre blessure et cicatrice. Le destin du négatif dans la psychanalyse*, Champ Vallon, Seyssel, 1987, p. 191

A. Marthur, L. Schmitt, „Épidémiologie de l'ESPT après un traumatisme collectif“, *Stress et Trauma*, 2003, 3 (4), p. 216

J. Bergeret, *La Violence fondamentale*, Dunod, Paris, 1985

J. Guillaumin, *Entre blessure et cicatrice*, op. cit., p. 198

S. Freud, „Lettre à Lou Andreas-Salomé, 1er août 1919“, în P. Gay, *Freud, une vie*, Hachette, Paris, 1991, pp. 604–605 și notă p. 126

*Internal Working model, tradus prin „model intern operant“ (MIO), în J. Bowlby, *Attachement et perte*, PUF, Paris, 1969*

A. Guedeney, „De la réaction précoce et durable de retrait à la dépression chez le jeune enfant“, *Neuropsychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*, 1999,

47 (1–2), pp. 63–71

C. Hazan, P. Shaver, „Attachment as an organization framework for research on close relationship“, *Psychological Inquiry*, 1994, 5, pp. 1–22

R.C. Schank, R.P. Abelson, *Scripts, Plans, Goals and Understanding*, Erlbaum, Hillsdale, 1977

M. Mancina, „Dream actors in the theatre of memory; their role in the psychoanalytic process“, *Int. J. Psychoanal.*, 2003, 84, pp. 945–952

S. Freud, „Analyse terminée et analyse interminable“, *Revue française de psychanalyse*, 1938–1939, nr. 1, pp. 3–38

J.-C. Kaufmann, *L'invention de soi. Une théorie de l'identité*, Armand Colin, Paris, 2004, p. 153

J. Holmes, *John Bowlby and the Attachment Theory*, Routledge, Londra/New York, 1993

E. Bibring, „The conception of the repetition compulsion“, *Psychoanalytic Quarterly*, XII, 1943, pp. 486–519

V. de Gaulejac, *Les Sources de la honte*, Desclée de Brouwer, Paris, 1996, p. 225

Scrisoare imaginară a unui fost adolescent

O. Bourguignon, „Attachement et détachement“, în D. Houzel, M. Emmanuelli, F. Moggio, *Dictionnaire de psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent*, PUF, Paris, 2000, pp. 70–72

Ph. Gutton, „La parentalité“, seminar, Aix-en-Provence, 8 martie 2004. Citat din D. Lagache, P. Mâle, „Arguments pour un symposium psychanalytique sur l'adolescence: les relations avec autrui et les relations avec soi-même“, *Rapport du 1er congrès européen de pédo-psychiatrie*, SPEI, Paris, 1960, pp. 205–207

R. Miljkovitch, *L'Attachement au cours de la vie*, PUF, Paris, 2001, pp. 196–

231; și B. Cyrulnik, *Sous le signe du lien*, op. cit., pp. 244–252

M.D.S. Ainsworth, „Some considerations regarding theory and assessment relevant to attachment beyond infancy“, în M.T. Greenberg, D. Cicchetti, E.M. Cummings (eds.), *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research and Intervention*, University of Chicago Press, Chicago, 1990

Mihai Ioan Botez (ed.), *Neuropsihologie clinică și neurologia comportamentului*, Editura Medicală, București, 1996

A.R. Damasio, *Spinoza avait raison. Joie et tristesse, le cerveau des émotions*, Odile Jacob, Paris, 2003, pp. 118–119

R.L. Birdwhistell, *Kinesics and Context*, University of Pennsylvania Press, Philadelphia, 1970

L.N. Dobriansky-Weber, „La parade nuptiale: une histoire sans paroles“, *Le Journal des psychologues*, 2003, nr. 139, iulie–august, 98, p. 23

B. Cyrulnik, *Les Nourritures affectives*, Odile Jacob, Paris, 1993, pp. 17–49; și I. Eibl-Eibesfeldt, *Éthologie. Biologie du comportement*, Éditions Scientifiques, Paris, 1972, pp. 428–452

P. Lemoine, *Séduire. Comment l’amour vient aux humains*, Robert Laffont, Paris, 2004

H. Bee, D. Boyd, *Psychologie du développement. Les âges de la vie*, op. cit., p. 298; și M. Odent, *The Scientification of Love*, Free Association Books, Londra, 1999

J. Lecomte, *Guérir de son enfance*, Odile Jacob, Paris, 2004

G.H. Elder, „The life course as a developmental theory“, *Child Development*, 1998, 69 (1), pp. 1–12

„Les caractéristiques de la population sexuellement active“, *La Recherche*, nr. 223, iulie–august 1990; și M. Bozon, H. Leridon, *Sexualité et sciences sociales*, Ined, PUF, Paris, 1995

R. Neuburger, *Le Mythe familial*, ESF, Paris, 1995

Goethe, Suferințele tânărului Werther, în P.-L. Assoun, „Le trauma amoureux. Le «complexe de Werther»“, *Le Journal des psychologues*, nr. 159, iulie–august 1998, p. 31

P.-M. Crittenden, „L'évolution, l'expérience et les relations d'attachement“, în E. Habimana, L.S. Ethier, D. Petot, M. Tousignant, *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent*, Gaétan Morin, Montréal, 1999, pp. 86–88

Ibid., p. 90

S. Freud, *Interpretarea viselor*, Editura Trei, 2010

J. Bowlby, *Attachement et perte*, volumul I: *Attachement*, PUF, Paris, 1978

În sensul psihanalitic de „act ratat“ (n.tr.)

M. Delage, B. Bastien-Flamain, S. Baillet-Lucciani, L. Lebreton, *Application de la théorie de l'attachement à la compréhension et au traitement du couple*, Toulon, 2005

M.T. Greenberg, M.L. Speltz, *Contribution of Attachment Theory to be understanding*, Erlbaum, Hillsdale, 1998

P. Fonagy, N. Target, „Attachment and reflexive function, their role in self-organization“, *Development Psychopathology*, 1997, 9, pp. 679–700

B. Pierrehumbert, A. Karmanolia, A. Sieye, R. Miljkovitch, O. Halfon, „Les modèles de relation: développement d'un autre questionnaire d'attachement pour adulte“, *Psychiatrie de l'enfant*, volumul I, 1996, pp. 161–206

Notând până la 10 patru coloane de câte 10 întrebări inspirate de chestionarul privind atașamentul pentru adulți de Blaise Pierrehumbert (Lausanne). Fiecare coloană corespundea atașamentelor: sigur, ambivalent, evitant, dezorientat.

B. Cyrulnik, M. Delage, S. Bourcet, M.-N. Blein, A. Dupays, *Apprentissage, expression et modification des styles affectifs après le premier amour*, op. cit.

M. Delage, „Répercussions familiales du traumatisme psychique. Conséquences pour une intervention thérapeutique“, *Stress et Trauma*, 2001, 1 (4), pp. 203–211

C. Duchet, C. Jehel, J.-D. Guelfi, „À propos de deux victimes de l’attentat parisien du RER Port-Royal du 3 décembre 1996: vulnérabilité posttraumatique et résistance aux troubles“, *Annales médico-psychologiques*, 2000, 158 (7), pp. 539–548

M. Gannagé, *L’Enfant, les parents et la guerre. Une étude clinique au Liban*, ESF, Paris, 1999

M. Declercq, „Les répercussions du syndrome de stress posttraumatique sur les familles“, *Thérapie familiale*, 1995, 16 (2), pp. 185–195

A.M.-Blanc, „Les femmes dans la protection maternelle et infantile: une problématique de la place de la femme dans la société actuelle“, *teză de doctorat*, UFR Sciences sociales, Aix-Marseille-I, ianuarie 2000

G.E. Armsden, E. McCawley, M.T. Greenberg, P.M. Burke, „Parent and peer attachment in earlier adolescence and depression“, *Journal of Abnormal Child Psychology*, 1990, 18, pp. 683–697

R. Robinson, „The present state of people who survived the holocaust as children“, *Acta Psych. Scand.*, 1994, 89, pp. 242–245

M.-P. Poilpot (ed.), *Souffrir mais se construire*. Fondation pour l’enfance, Érès, Ramonville Saint-Agne, 1999

E. Bouteyre, *Réussite et résilience sociales chez l’enfant de migrants*, Dunod, Paris, 2004

M. Gilbert, *L’Identité narrative*, Labor et Fidès, Geneva, 2001, p. 37

M. Main, N. Kaplan, J. Cassidy, „Security in infancy, childhood and adulthood: a move to the level of representation“, în I. Bretherton, E. Waters (eds.), „Growing point of attachment theory and research“, *Monographs of the Society for Research Child Development*, 1985, 50 (1–2, nr. 290), pp. 66–

M.D.S. Ainsworth, M.C. Blehar, E. Waters, S. Wall, *Patterns of Attachment: Assessed in the Strange Situations at Home*, Erlbaum, Hillsdale, 1978

7 H.F. Harlow, „Love created, love destroyed, love regained“, în *Modèles animaux du comportement humain*, Éditions du CNRS, Paris, 1972, pp. 27 și 49

8 B. Cyrulnik, F. Cyrulnik-Gilis, „Éthologie de la transmission des désirs inconscients. Le «cas Pupu»“, *L'Évolution psychiatrique*, 1980, volumul al XLV-lea, fasc. III, pp. 553–566

9 I. Boszormenyi-Nagy, J.-L. Framo, *Psychothérapies familiales*, PUF, Paris, 1980

B. Golse, „Transgénérationnel“, în D. Houzel, M. Emmanuelli, F. Moggio, *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent*, op. cit., p. 743

D. Stern, „Intersubjectivité, narration et continuité dans le temps“, *Journées SFPEADA, „La communication et ses troubles“*, Caen, 14 mai 2004

Ricks (1985), Grossman (1988), Fonagy (1991), Ward (1995), Main (1996), Zeanah (1996)

P. Fonagy, „Mental representations from an intergenerational cognitive science perspective“, *Infant Mental Health Journal*, 1994, 15, pp. 57–68

C. Mareau, „Mécanismes de la résilience et exploitation sélective des compétences au sein d'une relation mère–enfant potentiellement pathogène“, *teză de doctorat, Universitatea Paris-V*, iunie 2004

D.W. Winnicott, *Collected Papers: Through Paediatrics to Psychoanalysis*, 1958

P. Fonagy, M. Steele, H. Steele, G.S. Moran, A.C. Higgitt, „The capacity for understanding mental states: the reflective self-parent in mother and child and its significance for security of attachment“, *Infant Mental Health Journal*, 1991, 12 (3), pp. 201–218

P. Brenot, *Le Sexe et l'Amour*, Odile Jacob, Paris, 2003

Corespondență personală (2003), relatată pe scurt. Am primit multe scrisori anonime similare, ceea ce indică faptul că o parte dintre acești copii răniți pe nedrept au putut deveni psihiatri.

M. Delage, „Traumatisme psychique et résilience familiale“, *Stress et Trauma*, 2002, 2 (2), pp. 69–78

M. Rubinstein, *Tout le monde n'a pas la chance d'être orphelin*, Verticales, Paris, 2002

Ibid., p. 85

Piața Comerțului, cunoscută popular ca Terreiro do Paço, este o piață publică aflată în zona joasă a orașului Lisabona. (n.tr.)

P. Benghozi, „L'attaque contre l'humain. Traumatisme catastrophique et transmission généalogique“, *Nervure*, 1996, volumul al IX-lea, nr. 2, martie

E. Mujawayo, S. Belhaddad, *Survivants*, Éditions de l'Aube, La Tour d'Aigues, 2004, p. 149

G. Briole, comunicare la Journées de Liège, „Traumatisme et fantasme“, 15–16 martie 1997, *Quarto Nov.*, 1997

P. Benghozi, „Porte-la-honte et maillage des contenants généalogiques familiaux et communautaires en thérapie familiale“, *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, Érès, Paris, 1994

„Porte-la-honte“, concept al lui P. Benghozi, care definește transmiterea genealogică a rușinii inconștiente. (n.tr.)

4 *Dialog* recompus după J.-C. Snyders, *Voyage de l'enfance*, PUF, Paris, 2003, pp. 23–25

5 A. de Mijolla, *Préhistoires de famille*, PUF, Paris, 2004, p. 150

6 J.-C. Snyders, Voyage de l'enfance, op. cit., p. 108

7 Ibid., p. 123

S. Parent, J.-F. Saucier, „La théorie de l'attachement“, in E. Habimana, L. Ethier, D. Petot, M. Tousignant, Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent, Gaëtan Morin, Montréal, 1999, p. 39

J. Lighezzolo, C. de Tychey, La Résilience. Se (re)construire après le traumatisme, In Press, Paris, 2004, p. 72

Iezechiel, 18: 2

C. Trevarthen, P. Hubley, L. Sheeran, „Les activités innées du nourrisson“, La Recherche, 1975, nr. 6, pp. 447–458

J. Lecamus, Les Relations et les interactions du jeune enfant, ESF, Paris, 1985

M. Main, „Cross-cultural studies of attachment organization, recent studies: changing methodologies and the concept of conditional strategies“, Human Development, 1990, 35, pp. 48–61

C. Krelewetz, C. Piotrowski, „Incest survivor mothers: protecting the next generation“, Child Abuse and Neglect, 1998, volumul 22, nr. 12, pp. 1305–1312

J. Bowlby, A Secure Base. Clinical Application of Attachment Theory, Routledge, Londra, 1998

N. Guedeney, A. Guedeney, L'Attachement. Concepts et application, op. cit., p. 30

J. Lecomte, Guérir de son enfance, op. cit., p. 200

A. Boutros-Boutros Galli, Cité de la Réussite, Forum de l'écrit, Paris, 19 juin 2004

M. Frydman, Le Traumatisme de l'enfant caché, Quorum, 1999

W. Kristberg, *The Invisible Wound: A New Approach to Healing Childhood Sexual Trauma*, Bantam Books, New York, 1993

C.A. Courtois, *Healing the Incest Wound: Adult Survivors in Therapy*, W.W. Norton, New York, 1998

A.M. Ruscio, „Predicting the child-rearing practices of mothers sexually abused in childhood“, *Child Abuse and Neglect*, 2001, 25, pp. 362–387

C. Kreklewitz, C.C. Piotrowski, „Incest survivors mothers: protecting the next generation“, *Child Abuse and Neglect*, 1998, volumul 22, 12, pp. 1305–1312

G. Perec, *W ou le Souvenir d'enfance*, Denoël, Paris, 1975

A. Aubert, „La diversion, voie de dégagement de l'expérience de la douleur“, în F. Marty, *Figures et traitements du traumatisme*, Dunod, Paris, 2001, p. 224

G. Perec, *Dispariția* (1969), tradus în limba română de Șerban Foarță, Editura Art, 2010

J. Semprun, *L'Évanouissement*, Gallimard, Paris, 1967

A. Green, *La Déliaison. Psychanalyse, anthropologie et littérature*, Hachette Littérature, 1973

S. Landau-Mintz, Adèle Strom-Landau, *Jeune rescapée de la liste de Schindler*, 2017

M. Rubinstein, *Tout le monde n'a pas la chance d'être orphelin*, op. cit., pp. 102–103

Y. Danieli, „Families of survivors of the nazi holocaust: some short and long-term effects in stress and anxiety“, în I.G. Spielberger, N.Y. Sarason, C.D. Milgram, *Hemisphere*, volumul 8, McGraw Hill, New York, 1981

R. Yehuda, J. Schmeidler, A. Elkin, S. Elson, L. Siever, K. Binder-Brynes, M. Fainberg, D. Aferiot, „Phenomenology and psychobiology of the

intergenerational response to trauma“, în *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*, Plenum, New York, 1998

Z. Solomon, M. Kotler, M. Mikulinger, „Combat-related posttraumatic stress disorder among second-generation survivors: preliminary findings-American“, *Journal of Psychiatry*, 1998, 145, pp. 865–868

A. Sagi-Schwartz, M. Van Ijzendoorn, K.E. Grossman, T. Joels, K. Grossman, M. Scharf, A. Koren-Karie, S. Alkalay, „Les survivants de l'holocauste et leurs enfants“, *Devenir*, 2004, volumul 16, nr. 2, pp. 77–107

Interviul Atașării Adulților (n.tr.)

Ibid.

M.H. Van Ijzendoorn, „Associations between adult attachment representations and parent-child attachment, parental responsiveness, and clinical status. A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview“, *Psychological Bulletin*, 1995, 117, pp. 387–403

J. Laplanche, J.-B. Pontalis, *Vocabulaire de la psychanalyse*, PUF, Paris, 1967, p. 68

C. Breton, „Socialisation des descendants de parents résistants déportés de France“, doctorat în științele educației, Universitatea Paris-X-Nanterre, 1993, p. 370

Termenul provine din limba italiană și înseamnă șef; în lagărele de concentrare, termenul se referea la deținuții care funcționau ca oameni de încredere ai naziștilor. (n.tr.)

Ibid., p. 371

Ibid., p. 390

P. Grimbart, *Un secret*, Grasset, Paris, 2004, pp. 177–178

P. Fossion, M.C. Rejas, L. Servais, I. Pelc, S. Hirsch, „Family approach with grandchildren of holocaust survivors“, *American Journal of Psychotherapy*,

2003, volumul 57, nr. 4

M. Heireman, „Le livre des comptes familiaux“, în Patrice Cuynet (ed.), Héritages, L'Harmattan, Paris, 1999, p. 84

N. de Saint-Phalle, „Honte, plaisir, angoisse et peur...“, Mon secret, La Différence, Paris, 1994, p. 8

R.C. Fraley, P.R. Shaver, „Loss and bereavement: attachment theory and recent controversias concerning «grief work» and the nature of detachment“, în J. Cassidy, P. Shaver (eds.), Handbook of Attachment, Guilford, New York, 1999

F. Castaignos-Leblond, Traumatismes historiques et dialogue inter-générationnel, L'Harmattan, Paris, 2001, p. 196

Ibid.

1 J. Laplanche, J.-B. Pontalis, Vocabulaire de la psychanalyse, op. cit., p. 279

2 A. Aubert Godard, „Fondement de la santé, triade et traumatismes originaires“, în F. Marty (ed.), Figures et traitements du traumatisme, op. cit., p. 26

3 S. Ferenczi, „Réflexion sur le traumatisme“, în Psychanalyse 4, Payot, Paris, 1934, p. 236

4 L. Aragon, Le Fou d'Elsa. Le malheur dit, Gallimard, Paris, „Poésie“, pp. 365–368

Iubirea care ne vindecă