



Capitolul 1

O suferință

„Singurul lucru care mă consolează puțin
e faptul că am parte de atâta suferință.”

– Robert De Fiers

DE LA EMOȚIE LA STAREA SUFLETEASCĂ

Tristețea este o emoție simplă. Suferința evocă mai mult o stare sufletească. În această calitate, tristețea mobilizează în mod direct corpul, îl invadează și se manifestă în general printr-un ansamblu de marcatori somatici, mai mult sau mai puțin controlabili. Putem fi triști fără să știm din ce cauză suntem astfel. Pur și simplu pentru că, prizonier al unui flux emoțional, corpul se lasă purtat de sentimentul vag al unei pierderi, al unei lipse sau al unui gol. La fel cum se întâmplă în cazul tuturor emoțiilor, doar resimțind tristețea pe deplin putem obține o informație precisă despre ceea ce stă la baza ei. O tristețe vagă se poate hrăni vreme îndelungată din ignorarea faptului care a provocat-o. În schimb, atunci când originea ei se clarifică, tristețea se va transforma treptat în chin, dacă este asociată cu o durere, sau în suferință, dacă este asociată cu un stimul de o intensitate mai slabă.

Suferința impune astfel, de la bun început, o abordare cognitivă. Aceasta presupune identificarea clară a cauzei ei de către cel care o resimte. Când suferi, știi de ce ești trist. O suferință este

o tristețe demascată, o emoție care avansează cu fața descoperită, o amărăciune a cărei origine este bine cunoscută.

Când un copil începe să sufere, e semn că el intră direct în forma de inteligență ce va face din el o ființă esențialmente umană. Maimuțele mari pot fi triste, unele chiar până la disperare. Dar arătați-mi măcar una care să fi suferit cu adevărat. Cel mai probabil, e vorba despre prima ființă omenească. Mai mult decât răsul, suferința este realmente o caracteristică a omului.

Așadar, faptul de a avea „o suferință adâncă” reprezintă pentru copil o manieră foarte eficientă de a-și pune în mișcare inteligența emoțională. Într-adevăr, cu fiecare nouă mâhnire, emoția se hrănește dintr-o introspecție care-i dă adevărata ei consistență umană, transformându-se într-o stare sufletească. Acesta este motivul pentru care un părinte nu trebuie să evite cu orice preț confruntarea copilului său cu suferința. Părintele, care așteaptă mai degrabă să își vadă copilul crescând în veselie, se simte stânjenit de tristețe, pentru că ea indică o stare emoțională generală ce are drept obiect ceva greu de definit. Tristețea împiedică atunci planurile educative ale părintelui. Amărăciunea copilului, prin povara aparent prea grea pe care i-o impune acestuia, îl poate descumpăni și pe adult, care acceptă cu greu ca durerea sau suferința să îl lovească tocmai pe cel sau pe cea merit/ă să fie protejat/ă de el. Dar suferința, s-o spunem de la bun început, are un veritabil rol educativ care, din păcate, rămâne astăzi mult prea adesea subestimat.

Prin intermediul suferinței, emoția se descifrează mai bine, fundamentele ei sunt mai ușor de deciptat, motivele se precizează mai clar și conținutul emoțional, fiind astfel mai bine controlat, devine atunci mai simplu de transmis pe cale narativă. De aceea este mai ușor să ne povestim suferința decât să vorbim despre tristețea noastră. Suferința îmbracă mai lesne forma unei narațiuni, pe când tristețea rezistă uneori cu îndârjire la punerea ei în cuvinte.

Faptul de a ne transforma tristețea într-o stare de suferință nu este, așadar, inutil. Nu e vorba doar despre încercarea de a afla,

în felul acesta, de ce suntem triști, ci și de a înțelege de ce emoția se manifestă astfel, acaparându-ne o bună parte din corp și ocupându-ne mintea aproape în întregime. În vreme ce tristețea tinde să-l cotopească pe cel care o simte, copleșindu-l, suferința (ca stare) îi permite să își revină. Povestindu-și suferința, chiar și plângând, copilul redă lacrimilor lui adevăratul lor rol: acela de a arăta că e descumpănit și că are nevoie de un sprijin pentru a repune ordine în ceea ce trăiește.

SUFERINȚA TREBUIE SĂ NE ÎNTRISTEZE?

„Ideile sunt niște înlocuitori ai suferințelor.”

– Marcel Proust

Starea de suferință marchează un progres în starea omului. Prin ea, individul se eliberează, într-un fel, de tirania emoției. Dar ce este o emoție? La ce folosește perturbarea intrapsihică pe care o provoacă ea? De ce se transformă emoțiile în indicatori somatici? Începând de când devin ele contraproductive? Până la ce nivel este bună emotivitatea? Într-un cuvânt, este oare rezonabil să-i învățăm pe copiii noștri să nu plângă, să nu se înfurie, să nu-și manifeste dezgustul sau să nu se teamă? Sau, dimpotrivă, trebuie să-i lăsăm să experimenteze din plin diversele stări emoționale pe care le trăiesc?

Evident, este esențial să se ofere un răspuns la aceste întrebări pentru a înțelege semnificația pe care o dobândește experiența unei supărări în dezvoltarea persoanei, copil sau adult, care se confruntă cu ea.

Indispensabilă pentru luarea unei decizii de către individ (Damasio, 2005), emoția capătă, prin natura sa, o dimensiune eminamente paradoxală. Prost controlată, ea îl poate copleși, la un moment dat, pe cel care o resimte. Emoția tinde atunci să-l

paralizeze, când rolul ei era tocmai acela de a-l pune în mișcare. De asemenea, ea îl poate incita pe individ să acționeze într-o direcție nedorită, chiar dacă reprezintă un motor în procesul luării unei decizii.

Dar cum învățăm să controlăm o emoție? Simțind-o, fără îndoială, și dându-i, așa cum vom vedea, un nume care o definește întocmai și îi delimitează semnificația fără ambiguitate. În felul acesta, învățând să numească starea emoțională în care se află, copilul va învăța să transforme conținutul somatic asociat cu emoția într-o construcție mentală. Privită astfel, emoția se va putea constitui în narațiune și, începând din acel moment, copilul va avea posibilitatea să și-o exprime într-o manieră acceptabilă din punct de vedere social.

Emoțiile, în sine, nu sunt negative. Totuși, părinții încearcă mult prea adesea să îl ferească pe copilul lor de ele. Nu există niciun motiv ca micuțul să se înfurie. Nici vorbă să fie trist. E imposibil să și-l imagineze confruntându-se cu frica. Numai bucuria le câștigă realmente bunăvoința. Pe de altă parte, în zilele noastre, mamele parcă nu ar mai da naștere unor copii: ele nasc copii fericiți și meniți să rămână astfel până la sfârșitul vieții lor. Acesta este un simptom major de hiperparentaj asupra căruia vom reveni mai târziu. Într-un asemenea context educativ, bucuria, veselia și întreg cortegiul de stări sufletești care evocă fericirea și buna dispoziție pot fi explorate la nesfârșit. Desigur, aceste manifestări emoționale îl liniștesc pe părintele care, fără să știe, își supune atunci copilul la o formă de injoncțiune, pretinzând ca acesta să se afle într-o perpetuă stare de euforie: „Fii fericit tot timpul pentru că noi te vrem vesel în fiecare clipă și pentru că facem totul, absolut totul, ca starea asta să fie una permanentă!” Iată mesajul implicit pe care-l primește copilul de fiecare dată când percepe formidabila aptitudine a părinților săi de a se mobiliza pentru a-l face fericit.

În schimb, sunt blamate toate celelalte emoții care ar lăsa să planeze o îndoială asupra locului preponderent ocupat de fericire

în câmpul experiențial al copilului. Tristețea, frica, furia sau dezgustul sunt evacuate, pe cât se poate, din diversele trăiri posibile. Ce sens ar avea să-ți fie frică într-o lume prezentată ca fiind hipersecurizată? Nici să fii trist n-ar avea rost, odată ce totul, absolut totul, e făcut în așa fel încât să te mulțumească. Și, evident, furia e un sftenic rău, în măsura în care cea mai mică dorință capătă, cel mai adesea, valoare de ordin. Cât privește dezgustul, cum să-i găsești justificare când, și în cazul lui, se face orice pentru a-i permite copilului să se ferească de experiențele care l-ar putea provoca?

Într-un asemenea context educativ, registrul emoțional „autorizat” se reduce precum o piele de... sagri¹. În afară de bucurie, nimic. Sau nu mare lucru din altceva. Și totuși... Totuși, este esențial ca un copil să învețe, pe cât posibil, să-și exploreze emoțiile sau, mai degrabă, să se exploreze pe sine trăind aceste emoții. Aici se situează, de fapt, creuzetul inteligenței sale emoționale.

Acesta este motivul pentru care copiii noștri trebuie să simtă tristețea, să se confrunte cu fricile lor, să experimenteze dezgustul și să-și îngăduie să resimtă furie. Dacă nu fac asta, ei nu vor fi capabili să identifice diversele stări emoționale în care se află și, *a fortiori*, să le numească de o manieră nuanțată. Faptul de a-și permite să simtă o emoție și să își exprime trăirea în cuvinte presupune ca cel mic să aibă acces la un câmp experiențial suficient de larg și, totodată, să dispună de un vocabular îndestulător pentru redarea afectelor.

Tocmai de aceea sunt de folos stările sufletești și cuvintele utilizate pentru a le descrie. „Sunt furios!” Pot spune foarte bine acest lucru și fără cuvinte, doar trântind o ușă. De asemenea,

¹ Referire la celebrul roman *La peau de chagrin* („Pielea de sagri”, Editura Litera Internațional, 2003) al lui Honoré de Balzac, în care eroul primește o bucată de piele ce-i permite să își realizeze dorințele, dar care se micșorează cu fiecare nouă dorință, până dispare de tot. În textul de față, e vorba și despre un joc de cuvinte — *peau de chagrin* — unde „chagrin” poate fi tradus atât prin „suferință”, cât și prin „sagri”, „piele de capră”. (N.t.)

pot comunica starea mea folosind câteva vorbe: „Sunt șucărit!“ Cu riscul de a spune asta urlând, în speranța de a mă face mai bine auzit. Și pot, mai ales, să-mi exprim starea nuanțat, utilizând întreg registrul pe care vocabularul mi-l pune la dispoziție în acest scop: „Sunt agasat, iritat, crispat, contrariat, indignat, supărat, exasperat, mâniat, revoltat, ofensat, scandalizat, nemulțumit, indispus...“ Și atâtea alte cuvinte care exprimă furia, adăugând o informație referitoare la intensitatea ei, la felul în care mă afectează și la obiectul vizat.

Cu cât am mai multe cuvinte la dispoziție, cu atât voi fi mai capabil să explorez starea emoțională prin care trec, să o transform în conținut exprimabil și să mă fac înțeles de cei din jurul meu, care m-ar putea ajuta. De aceea, sporirea vocabularului care îi poate permite copilului să își exprime starea emoțională și să și-o transforme, eventual, în stare sufletească nu va însemna niciodată o pierdere de vreme. De fiecare dată când este încurajat să își formuleze verbal emoția într-un context în care se simte îndreptățit să o simtă, copilul învață de fapt să își regleze emotivitatea. Și tocmai în acest fel își construiește el inteligența emoțională.

Conceptul de reglare emoțională corespunde procesului prin care indivizii își influențează starea emoțională, reperând felul emoțiilor resimțite, identificând momentul în care apar ele și modulându-și maniera de a simți și de a exprima aceste emoții (Gross, 2002). Reglarea emoțională implică astfel ansamblul proceselor prin care individul își validează, controlează și modifică reacțiile emoționale spontane pentru a-și îndeplini scopurile. Fără îndoială, acest proces cu caracter social joacă un rol fundamental în dezvoltarea competențelor individuale și sociale. În această privință, inteligența emoțională poate fi definită ca fiind capacitatea de a recunoaște și de a regla emoțiile atât la nivel intrapersonal, cât și la nivel extrapersonal (Seligman, 2004).

Bineînțeles, această formă de inteligență este deosebit de utilă în situația în care copilul se dezvoltă în societate și trebuie să dea dovadă de suficientă empatie pentru a înțelege ce anume îl

deosebește de fiecare dintre ceilalți indivizi și, în același timp, ce anume îl face asemănător ansamblului acestora. Într-adevăr, emoțiile au drept particularitate faptul de a fi universale în forma lor și, totodată, singulare în felul în care sunt resimțite. Stimulând inteligența emoțională a copilului, părintele îi permite astfel să se dezvolte în mod armonios în interiorul grupurilor sociale din care face parte, favorizând, în același timp, afirmarea lui identitară în cadrul lor.

Așadar, capacitatea de a-și controla emoțiile și aceea de a-și regla emotivitatea apar ca fiind deprinderi esențiale pentru fiecare copil. Pentru a-i permite să se realizeze, părintele va trebui, fără îndoială, să accepte ideea ca el să experimenteze diverse stări emoționale, să se simtă îndreptățit să le exploreze suficient de liber încât să le transforme în stări sufletești și să învețe să și le exprime de o manieră acceptabilă din punct de vedere social.

Acesta este motivul pentru care considerăm că suferința constituie o experiență de care copilul nu trebuie ferit cu orice preț și, în acest sens, susținem că nu este neapărat o nenorocire dacă el este pus în situația de a o trăi. Într-adevăr, doar trecând printr-o astfel de stare sufletească copilul va învăța să își formuleze emoția în cuvinte capabile să-i structureze trăirile și să dea sens experienței sale.

„Povestește-mi despre necazul tău, dacă vrei...“ Iată un bun îndemn la vorbă, mai util, fără îndoială, decât un „nu plânge“ sau un „nu fi trist“, care interzice emoția sau substratul ei somatic; un îndemn mai puțin imperativ, de asemenea, decât un „spune-mi ce ai pe suflet“, care sună ca un ordin. O astfel de abordare îi permite părintelui să se implice în suferința copilului fără a se amesteca în ea.

ÎN CE FEL SUFERINȚA COPIILOR ESTE PROBLEMA PĂRINȚILOR?

„Nimic nu poate compensa
chiar și o singură lacrimă a unui copil.”
- Feodor Dostoievski

Nu este niciodată ușor să-ți vezi copilul confruntându-se cu încercările vieții. În mod absolut firesc, ai vrea atunci să-i poți alunga tristețea, să-i atenuezi zbuciumul, să-i alungi durerea sau să-i înlături suferința. Oamenii, și în mod special mamele, sunt programați să reacționeze la plânsul bebelușului lor.

Procesul grijii materne primare, evidențiat de Winnicott, definește întocmai acest mecanism prin care mamele se adaptează perfect, cel puțin într-o primă fază, nevoilor copilului lor. Bebelușul plânge, mama reacționează. Bebelușul plânge iarăși, mama reacționează din nou. În spatele fiecărui semnal de deznădejde al copilului, mama percepe un SOS și, de îndată ce domnul bebeluș zornăie clopoțelul lacrimilor, ea se grăbește să-l hrănească, să-l legene, să-l liniștească.

Aparent, tații sunt mai slab echipați pe plan neurologic¹ pentru a răspunde solicitărilor sugarului. Fără îndoială, din această

¹ Cercetătorii americani de la Institutul Național de Sănătate au condus un studiu referitor la reacția bărbaților și a femeilor care se confruntă cu plânsul bebelușului. Studiul s-a bazat pe observarea prin RMN a zonelor prefrontală dorsală mediană și cingulară posterioară. Pentru a duce la bun sfârșit acest studiu, cercetătorii au cerut unui grup de 18 bărbați și femei să-și lase mintea să zboare pentru o vreme, apoi au întretăiat această perioadă cu scurte momente în care se auzea plânsul unor bebeluși înregistrat pe bandă... Rezultatul indică, de o manieră generală, că la auzul plânsului bebelușilor, bărbatul își păstrează cumpătul, pe când femeia intră brusc în alertă. Dacă diferența, în această privință, între bărbat și femeie a fost clar stabilită la finalul acestei analize, cercetătorii au observat, în schimb, că nu există nicio deosebire în ceea ce privește deprinderile creierului între părinți și persoanele care nu au copii (Traubman, 2013). (N.a.)

cauză se simt ei adeseori mai agasați de plânsul bebelușilor și par, de la bun început, mai puțin eficienți când e vorba să le ofere ajutor. În orice caz, asta dovedesc experiențele realizate în acest domeniu (Humbecck, Pourtois, 2005).

Dar nici mămicile nu sunt sută la sută eficiente în această privință, și e foarte bine că lucrurile stau așa. De altfel, bebelușul va înțelege foarte repede că nu poate conta pe ele pentru îndeplinirea, ca prin minune, a tuturor dorințelor sale. În ciuda bunăvoinței lor, mamele nu sunt zâne. Sau, chiar dacă uneori ar putea semăna cu așa ceva, ele ar fi doar niște zâne ezitante și totodată precaute, ale căror baghete ar da numeroase rateuri. Pe scurt, sunt niște zâne pline de slăbiciuni care, ca urmare a acestui fapt, îl vor învăța pe copil să se înseamnă cu adevărat să te naști om.

Procesul grijii materne secundare a fost identificat de Winnicott pentru a desemna etapa în care, după încheierea lunilor de sarcină și a perioadei post-sarcină, în cursul cărora mamele s-au preocupat exclusiv de bebelușul lor, acestea sunt îndemnate acum, în mod natural, să manifeste mai puțină atenție față de el și, prin urmare, să devină din ce în ce mai capabile să lipsească de lângă copil, răspunzând mai puțin nevoilor lui. Pentru că, tocmai detașându-se în mod regulat de dorințele lui, îl vor învăța ceva esențial pentru dezvoltarea lui: indispensabila incompletudine a naturii omenești.

Pe de altă parte, sustrăgându-se din când în când, mamele își vor ajuta bebelușul să devină inteligent. Într-adevăr, copilul care nu obține în mod sistematic ceea ce cere prin plânsul lui este determinat inevitabil să-și „mentalizeze” dorința. El transformă în imagine mentală ceea ce realitatea nu îi oferă de o manieră miraculoasă sau automată. De aceea repertoriul plânsului copilului¹ tinde să se lungească și să se amplifice, în timp ce sensibilitatea

¹ Bebelușii dispun de un repertoriu al plânsului care se dezvoltă progresiv de la naștere la apariția limbajului. Astfel, distingem la sugar trei tipuri principale de plâns: plânsul provocat de foame, care începe, în general, prin scântece și urmează un model foarte ritmat — plâns-liniște-respirație-plâns;

mamei se va diminua. Prin intermediul acestui dublu mecanism, mamele vor învăța să se eschiveze mai frecvent, iar reacțiile întârziate ale adultului îl vor incita atunci pe copil să-și activeze scheme mentale datorită cărora va putea face față mai bine emoției care îl copleșește. Astfel, bebelușul va învăța să se lipsească, cel puțin temporar, de mama lui, anticipând reacția pe care ar putea să o aibă aceasta atunci când va înțelege, în sfârșit, ce anume încearcă el să exprime, în felul lui neajutorat, prin plâns.

Așadar, prin aceste scheme mentale pe care și le formează pentru a amâna satisfacerea dorinței sale, copilul devine capabil să facă față absenței temporare și lipsei, reușind să își gestioneze mai bine frustrarea.

Așa se explică de ce, la urma urmelor, educația nu este niciodată altceva decât o sumă de erori corectate. De fapt, doar tatonând și făcând greșeli, părintele își poate incita copilul să dea dovadă de o activitate reflexivă. Un părinte perfect care, fără să se înșele niciodată, ar anticipa toate dorințele copilului ar ajunge să facă din el doar un individ total neajutorat. Tocmai de aceea orice educator ar trebui să înțeleagă rolul educativ al greșelii. Pentru aceasta însă este evident necesar ca părintele-educator să fie capabil de a renunța la iluzia lui de atotputernicie și de omnipotență. În cazul unui părinte, recunoașterea insuficienței sale reprezintă, fără îndoială, mai mult decât revendicarea excelenței, un veritabil argument de bune tratamente. Dar aceasta este o cu totul altă poveste, despre care vom vorbi din nou mai târziu,

plânsul de furie, care este mai puternic și mai intens; și, în sfârșit, plânsul asociat cu durerea, care începe, de regulă, brusc, fără scâncete prealabile. După aceea, plânsul bebelușului se va „recizela”, regroupându-se în principal în jurul a șase categorii: foamea, oboseala, suferința fizică, disconfortul, nevoia de atenție și angoasa. În fine, în cursul dezvoltării sale, bebelușul va avea tendința să amestece aceste categorii, plângând, de exemplu, pentru că este obosit și, în același timp, neliniștit sau pentru că se simte inconfortabil și, totodată, îi este foame. Acesta este momentul în care repertoriul lui nu numai că se va extinde, ci va deveni și mai complex. Din fericire, cuvintele îi vor veni în curând și progresiv în ajutor, luând locul lacrimilor... (N.a.)

atunci când vom aborda mai îndeaproape dificultățile legate de contextul hiperparentajului în care sunt asumate, în zilele noastre, suferințele din dragoste.

Deocamdată, să ne rezumăm la a recunoaște rolul fundamental pe care îl joacă greșeala și tatonarea în procesul educativ. Starea sufletească nu se poate constitui decât atunci când există o carență, iar acest lucru este posibil doar în momentul în care emoția, ajunsă la un nivel de conștiință suficient de înalt, lasă loc unei trăiri metabolizate în gândire. De aceea suferința nu poate fi posibilă decât printr-o emoție care traduce o lipsă, o ruptură, o carență sau o insuficiență. Nu simțim suferință atunci când totul merge bine, când toate nevoile noastre sunt satisfăcute, când toate dorințele sunt îndeplinite.

Când totul este bine, mergem înainte, fără să ne gândim prea mult, de-a lungul unei linii drepte, cu riscul de a ne plictisi. Piedicile sunt cele care ne incită să dăm dovadă de creativitate, să o luăm pe scurtături, să părăsim autostrada. În mod incontestabil, „copiii regi” care sunt lăsați singuri pe drumuri eliberate rapid de tot ceea ce le-ar putea stânjeni înaintarea sunt, din acest punct de vedere, mai puțin bine pregătiți pentru viață decât aceia care au dobândit convingerea că drumul lor este presărat cu greutăți, dar că întotdeauna se vor putea bizui pe sprijinul celor apropiați pentru a le depăși. La asta folosește suferința. Și măcar pentru acest motiv, vom continua să afirmăm că, în mod sigur, nu este nicio nenorocire să fii îndurerat. Mai ales atunci când părinții, manifestându-și grija în această privință, reușesc totuși să nu se amestece.

Vom reveni, bineînțeles, asupra rolului special pe care părinții pot ajunge să-l joace atunci când e vorba de a stimula inteligența emoțională a copilului lor. Pentru moment, vom vedea ce anume se întâmplă când emoția este legată de iubire, pentru că, întotdeauna, tristețea de a nu (mai) fi iubit se constituie în suferință din dragoste doar luând un sentiment drept obiect.

Capitolul 2

Despre iubire

„În dragoste, totul este mister.”
– Jean de La Fontaine

VORBEȘTE-MI DESPRE IUBIRE...

Când se constituie în reprezentare pentru a desemna trăirea resimțită, o emoție se transformă imediat în sentiment. Dragostea nu este o emoție, chiar dacă se construiește plecând de la o emoție. Dragostea e o reprezentare mentală care denotă o stare afectivă resimțită mai mult sau mai puțin intens.

Dar, la urma urmelor, ce este dragostea? Psihologii se îndoiesc de ea, în general. Preferă, în locul ei, noțiunea de atașament, mai ușor de conceptualizat. Potrivit lor, atașamentul indică întocmai legătura afectivă a unei ființe vii (în principal om și animale superioare) față de o alta. În această perspectivă, atașamentul este o noțiune fundamentală care descrie tendința primară și permanentă a unui individ de a căuta, în mod durabil, compania unui seamăn anume și de a suferi din cauza absenței lui, dacă aceasta se prelungește.

Și filosofii sunt neîncrezători în privința ei. Incapabili să o abordeze frontal, ei o împart, de cele mai multe ori, după modelul grecilor antici, în cinci sentimente distincte: *philia*, care corespunde, în linii mari, cu ceea ce înțelegem prin „prietenie”; *eros*, care ia în considerare aspectul fizic și vulgar al iubirii și, totodată, aspectul ei celest, platonice; *agape*, care evocă iubirea pentru

aproapele nostru, caritatea; *storge*, care desemnează ceea ce numim în zilele noastre afecțiune; și, în sfârșit, *philanthropia*, adică dragostea pentru omenire, în general.

În ceea ce-i privește pe biologi, aceștia nu abordează dragostea decât pentru a verifica modificările pe care le induce ea în dozarea anumitor hormoni (ocitocina sau ruda ei vasopresina) ori în funcționarea creierului¹. Din această perspectivă, ei consideră starea amoroasă ca fiind rezultatul unei tranzacții inconștiente încheiate între doi creieri preprogramați (L. Vincent, 2005) de dubla influență a unui context psihofiziologic special, care apare după o perioadă de pregătire prin hormonii pubertății și prin întâlnirea cu persoana potrivită.

Această postură care vizează identificarea dragostei și a elanului afectiv ce constituie fundamentul ei, pornind exclusiv de la latura fiziologică sesizabilă pe care o conține acesta, este, bineînțeles, profund simplistă. Cu atât mai mult atunci când, sub o aceeași denumire generică sunt grupate laolaltă dragostea unui părinte și a unui copil, starea amoroasă a doi iubiți, afecțiunea care îi leagă pe doi prieteni și chiar aprecierea unei mese savuroase. Considerată astfel, dragostea nu poate decât să-l orbească pe cel care are pretenția de a explica întreaga experiență afectivă a unui individ regroupând-o sub un termen unic și echivoc.

De exemplu, cuvântul „dragoste” este evocat pentru a desemna sentimentul foarte intens ce definește starea amoroasă a iubitului vremelnic și, în același timp, tandrețea caracteristică atașamentului resimțit de cel care speră la o legătură mai trainică. Totuși, putem să iubim și fără a fi îndrăgostiți, putem, la fel de

¹ Structura biologică prevede, la nivelul creierului, un întreg program de prelucrare a datelor activat de întâlnirea amoroasă. Acest program presupune, într-o primă fază, o lectură senzorială triată — este rolul atenției focalizate — care va fi ulterior confruntată cu memoria și cu percepția semnalelor provenind de la corp prin amigdală. Combinarea tuturor acestor procese va permite producerea selecției candidatului susceptibil să fie iubit. Neocortexul va avea apoi sarcina de a decide, mai mult sau mai puțin rațional, dacă aventura merită sau nu să fie continuată. (N.a.)