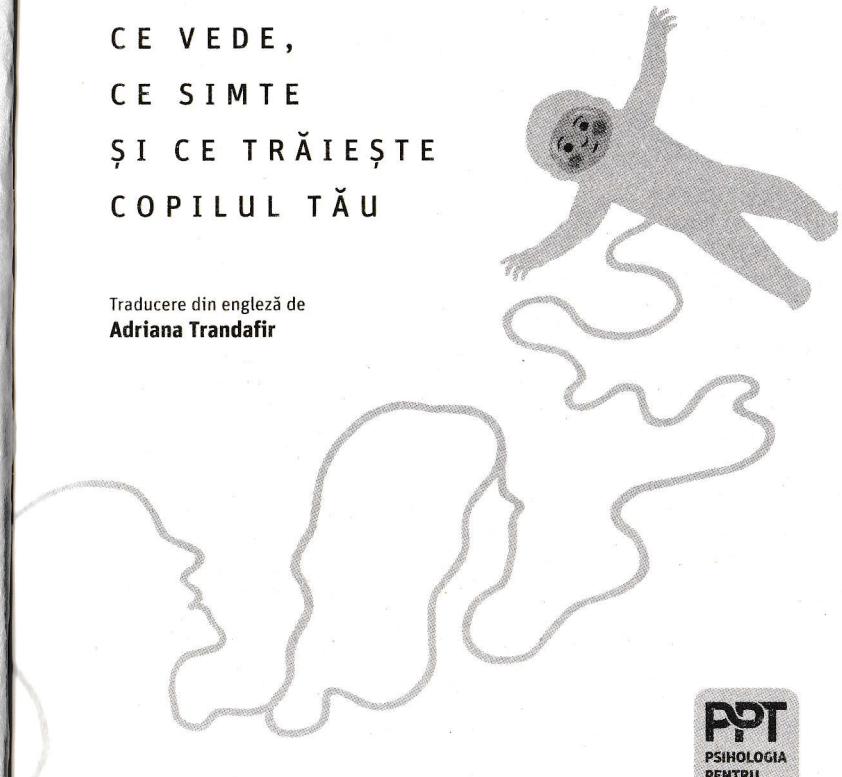


DANIEL N. STERN

# JURNALUL UNUI BEBELUŞ

CE VEDA,  
CE SIMTE  
ȘI CE TRĂIEȘTE  
COPILUL TĂU

Traducere din engleză de  
**Adriana Trandafir**



## Cuprins

<i>Introducere: Cum se deschid lumile din viață</i> unui bebeluș.....	11
<b>I. Lumea Sentimentelor: Joey la șase săptămâni ....</b>	23
1. Un petic de lumină: Ora 7:05 .....	29
2. Cântecele spațiului: Ora 7:07 .....	35
3. Furtuna foamei: Ora 7:20.....	43
4. Furtuna foamei trece: Ora 7:25 .....	47
<b>II. Lumea Socială Imediată:</b> <i>    Joey la patru luni și jumătate.....</i>	55
5. Un duet al chipurilor: Ora 9:30.....	67
6. Timp, spațiu și flux: La prânz .....	81
<b>III. Lumea Peisajelor Mentale:</b> <i>    Joey la douăsprezece luni.....</i>	91
7. O călătorie: Ora 10:30 .....	100
8. Un sentiment împărtășit: Ora 11:50 .....	109
<b>IV. Lumea Cuvintelor: Joey la douăzeci de luni.....</b>	117
9. „Dovlecel“: Ora 7:05 .....	123
10. Ciocnirea lumilor: Ora 7:21.....	128

V. Lumea Poveștilor: Joey la patru ani.....135

11. Lumi paralele: Ora 8:00 și ora 9:00 ..... 144

*Bibliografie selectivă* .....163

*Mulțumiri* .....171

„.... și, de asemenea, partjal pentru că mi-am dat brusc seama, în timpul plimbării mele de ieri, că aceste momente de existență formau o schelă în fundalul ființei mele: erau părțile invizibile și tăcute ale vietii mele de copil.“

— VIRGINIA WOOLF

Pășiți în prima lume a lui Joey și amintiți-vă ceea ce n-ați uitat niciodată cu adevărat. Imagineați-vă că niciunul dintre lucrurile pe care le vedeți sau le atingeți, sau le auziți nu au nume și de puține dintre ele sunt atașate amintiri. Joey percep obiecte și evenimente, în principal, în funcție de *sentimentele* pe care acestea îi le evocă și în funcție de oportunitățile pe care îi le oferă pentru a acționa. Nu le percep ca pe niște obiecte propriu-zise. Atunci când părinții îl strigă „dulceață“, el nu știe că „dulceață“ e un cuvânt și că se referă la el. Nici măcar nu îl receptează ca pe un sunet, ca pe ceva diferit de o atingere sau de lumină, dar este foarte atent la modul în care sunetul vine spre el. Îi simte alunecarea, fină și usoară, liniștindu-l; sau rugozitatea turbulentă care îl agită, îl face mai alert. Fiecare experiență are astfel o tonalitate afectivă specifică — și pentru bebeluși, dar și pentru adulți. Doar că noi suntem mai puțin atenți la asta. Sentimentul nostru al existenței nu este atât de legat de această tonalitate afectivă cum este cel al lui Joey.

Acum haideți să considerăm că vremea este singurul mediu. Să considerăm că scaunele, pereții, lumina și oamenii constituie un fel de „peisaj meteorologic“, un moment special din zi sau din noapte, cu o stare și cu o forță unice, derivate din combinațiile specifice dintre vânt, lumină și temperatură. Și, în final, să considerăm că nu există un „tu“ aflat în afara vremii, care să fie martor la ceea ce se petrece. „Tu“ ești parte din peisajul

meteorologic. Starea de spirit și forța dominante pot proveni din interiorul tău și pot da formă și culoare tuturor lucrurilor din exteriorul tău. Sau acestea pot proveni din exteriorul tău, rezonând în tine. De fapt, diferenția dintre interior și exterior este încă vagă: ambele pot părea parte dintr-un singur spațiu continuu. Ca adulți, avem multe momente în care lumile noastre interioare și cele exterioare par să se influențeze una pe alta direct, aproape să curgă libere dintr-o intr-o altă. De exemplu, interiorul se mută în exterior atunci când cineva apropiat tăie face ceva din răutate și, pentru moment, persoana respectivă îți pare extrem de antipatică. Sau exteriorul se mută în interior atunci când ieși din casă într-o dimineață neașteptată de însorită și de senină, starea tăie se îmbunătășează și corpul îți devine mai ușor. La adulți, aceste brese parțiale din granița dintre lumile interioare și cele exterioare au o viață scurtă. La sugari, acestea sunt aproape constante.

Un „peisaj meteorologic“ uman este un moment unic de sentimente-în-mișcare. Nu este static, ca o fotografie. Are o durată, ca o notă sau un grup de note sau chiar un fragment muzical. Poate dura de la o fracțiune de secundă la mai multe secunde. Și, în acel răstimp care umple un moment, sentimentele și percepțiile lui Joey se schimbă împreună. Fiecare moment are propria lui secvență de sentimente-în-mișcare: o creștere subită a interesului; un val de foame care crește și descrește; un reflux al plăcerii. Succesiunea acestor momente reprezintă modul în care Joey experimentează viața.

Cele patru capitole din partea I descriu patru astfel de momente care au loc unul după celălalt în cursul unei singure dimineți din viața lui Joey, la vîrstă de șase săptămâni. În primul capitol, Joey privește lumina soarelui căzând pe perete („Un petic de lumină“). Apoi se uită la barele pătușului și, printre ele, la peretele din spatele lor („Cântecele spațiului“). I se face foame și plânge („Furtuna

foamei“), iar, în cele din urmă, este hrănit („Furtuna foamei trece“). Similar cadrelor dintr-un film, un moment se poate continua direct cu următorul sau se poate estompa înainte de a trece în următorul. Primul moment se poate închide brusc sau între cele două momente poate exista o pauză. Lui Joey nu îi este clar modul în care trece de la un moment la următorul și ce se petrece între ele, dacă se petrece ceva. (Oare pentru noi este atât de clar?) Dar toate simțurile lui sunt concentrate pe fiecare moment și el trăiește fiecare clipă cât se poate de intens. Multe dintre acestea sunt prototipurile unor momente care vor reveni din nou și din nou pe parcursul vieții sale.

## Un petic de lumină: Ora 7:05

Joey tocmai s-a trezit. Se uită fix la un petic de soare ce căde pe peretele de lângă pătuțul lui.

\* \* \*

*Un spațiu lucește acolo,  
Un magnet subtil îi atrage atenție.  
Spațiul se încâlzește și capătă viață.  
Înăuntrul lui, forțele încep să se întoarcă una împotriva  
celeilalte într-un dans lent.  
Dansul se apropie tot mai mult.  
Totul se înalță să-l întâmpine.  
Vine și tot vine. Dar nu ajunge niciodată.  
Florul se retrage.*

\* \* \*

Pentru Joey, majoritatea interacțiunilor cu lumea sunt dramatice și pline de emoție — o dramă care nu este evidentă pentru noi, adulții. Dintre toate lucrurile din camera săa, peticul de lumină îi atrage și îi menține atenția lui Joey. Strălucirea, intensitatea și contrastul său cu restul peretelui îl captivează. La vîrstă de șase săptămâni, poate vede destul de bine, deși nu vede încă perfect. Este deja conștient de existența unor diferite culori, forme și

intensități. Și s-a născut cu preferințe puternice față de ceea ce vrea să privească, față de ceea ce-i provoacă plăcere. Dintre aceste preferințe, intensitatea și contrastul sunt cap de listă. Ele sunt cele mai importante elemente din această imagine. Sistemul nervos al unui bebeluș este pregătit să evaluateze imediat intensitatea luminii, a sunetului, a atingerii — a oricărui stimul accesibil prin simțuri. Intensitatea sentimentelor sale față de un anumit stimul reprezintă, probabil, primul indiciu pe care bebelușul îl are pentru a decide dacă să se apropie sau să păstreze distanță. Intensitatea afectivă îl poate determina să încearcă să se protejeze. Îi poate ghida atenția și curiozitatea și îi poate determina nivelul de alertă. Dacă ceva este doar puțin intens (ca o lampă aprinsă ziua), nivelul său de atracție față de acest stimул este scăzut. Dacă stimulul este prea intens (ca lumina soarelui căzând direct pe el), îl evită. Dar, dacă stimulul are o intensitate moderată, ca peticul de lumină de pe perete, copilul este vrăjit. Acea intensitate și acel contrast încă tolerabile îl stimulează. Starea lui se modifică imediat ca răspuns la stimul. Devine mai animat, întreaga lui ființă se activează. Devine mai atent. Peticul de lumină este un „magnet subtil”, a căruia forță o simte.

La această vîrstă, Joey este atras și de zonele închise într-un cadru marcat clar. Marginile peticului de lumină pătrat îi atrag privirea la limita dintre peretele luminos și peretele întunecat. Într-un fel, lumina atrage, iar marginile captivează.

Cum știe Joey că spațiul care lucește este „acolo“? Cum știe că acesta nu este, de exemplu, „aici“, aproape? Chiar și la această vîrstă fragedă, Joey este capabil să calculeze distanțe și forme ale spațiului. În curând, el va împărții spațiul în două regiuni distincte: o lume apropiată, întinsă până acolo unde poate ajunge cu brațul întins, și o lume îndepărtată, aflată dincolo de această limită. Va mai dura

câteva luni până când Joey va fi capabil să aplice cu precizie obiectele pe care vrea să le aplice. Cu toate acestea, la șase săptămâni se pregătește să distingă între spațiul care poate fi atins și cel care nu poate fi. (Această capacitate îl va ajuta să învețe acțiunea fundamentală de a prinde, indicându-i astfel ce obiecte pot fi atinse. Nu ar fi util să încearcă să atingă luna sau chiar și lucruri aflate la distanță în aceeași cameră.) Spațiul lui nu este continuu și omogen ca acela al unui adult. Este ca și cum în jurul său să formeze o bulă cu raza egală cu lungimea brațului său. Chiar și bebelușii orbi, atunci când încep să aplique obiecte, întind mâna către un obiect care emite sunete doar dacă obiectul se află în acea bulă. Aceștia împart distanțele în același mod ca bebelușii care văd, dar o fac prin intermediul auzului, nu prin intermediul văzului. Astfel, peticul de lumină, aflat dincolo de zona în care Joey va putea mai târziu să aplique obiecte, se află „acolo“.

Dar în ce fel „capătă viață“ acest petic de lumină în ochii lui Joey, dezvăluindu-i forțe care se întorc una împotriva celeilalte într-un dans lent? Aceste efecte depind de modul în care Joey explorează peticul de lumină cu ochii și cu atenția sa. La această vîrstă, bebelușii se uită adesea fix la anumite lucruri, ca și cum privirea le-ar fi fost într-adevăr capturată și ar fi obligați să se uite într-un punct fix. Un bebeluș aflat în această stare pare, la fel ca Joey, să fie activ mental.

Părinții se pot simți frustrați, chiar supărați de aceste momente din viața bebelușului. Imaginați-vă că vă țineți în brațe fetița de șase săptămâni. Sunteți față în față. Dumneavoastră vreți să vă jucați cu ea, dar ea a încrucișat uitându-se fix la locul unde fruntea vi se întâlnește cu linia părului. Dumneavoastră, dorind ca ea să vă privească în ochi, îi zâmbiți pentru a-i muta privirea un pic mai jos. Dar zâmbetul dumneavoastră nu are succes. Puteti continua — la fel ca majoritatea părinților — să încercați să-i

distrageți atenția. Puteți să vă strâmbați sau chiar să vă legănați ușor copilul dintr-o parte într-alta, sperând ca mișcarea să-i desprindă privirea din punctul fix. Dar va continua să se uite la linia părului dumneavoastră. Multă părinți interprează această evitare a privirii ca pe o reală respingere și este posibil chiar să renunțe pentru moment la încercarea de a mai realiza contactul vizual. Nu este însă vorba despre o respingere, ci despre un fenomen normal, numit *atenție obligatorie*.

Uneori reușiți să-i mutați și să-i captivați privirea copilului, alteori nu. Dar, chiar și atunci când nu reușiți — chiar dacă nu-și mută privirea de pe linia părului dumneavoastră, de pe „marginea“ unde acesta se întâlnește cu fruntea —, vă dă adesea impresia că percep cumva toate încercările dumneavoastră. Și chiar o face. Vă observă față, dar în periferia câmpului său vizual. Copilul este absorbit de ramă, nu de tablou. De fapt, asta este ideea.

Joey se uită fix la marginea pătratului luminos de pe perete. Dar numai pentru că se uită la un punct de pe marginea peticului nu înseamnă că vede doar acel punct. Deși în general nu suntem conștienți de acest lucru, ne putem separa cu ușurință *centrul vizual* (ceea ce văd ochii noștri) de *centrul atenției* (lucrurile la care mintea noastră este atentă). Gândiți-vă la atunci când conduceți o mașină. Aveți ochii fixați pe drum, dar atenția dumneavoastră se poate muta dintr-o parte într-alta (către obiectele aflate în periferia câmpului vizual), în depărtare sau chiar spre trecut. Sau, și mai bine, alegeti un punct de pe o foaie albă și uitați-vă fix la el. Când, după un timp, punctul devine plictisitor, centrul atenției dumneavoastră, dar nu și ochii va începe să se deplaseze în afara punctului fixat, către alte zone din imediata sa apropiere. Pe măsură ce atenția dumneavoastră scanează aceste zone noi, acestea par să se schimbe, chiar să dispară. Culorile pot începe să se schimbe. Ceea ce inițial părea complet alb poate începe

să capete o nuanță de verde sau de roșu. Cele două culori se pot schimba între ele. Sau reflexiile și umbrele acestor zone se pot schimba ca în acel joc lent al luminii ce cade pe un deal printre norii mișcători. Sau foaia poate părea să-și schimbe formă în jurul aceluia punct fixat: se poate îndoi sau topi, sau curba. Aceste iluzii apar atunci când atenția noastră focalizată și ceea ce fixăm cu privirea se separă și se iau la întrecere una cu cealaltă.

Și Joey se va plăcăsi în curând să tot privească același punct fix de la marginea peticului de lumină. Probabil că centrul lui vizual se blochează într-un punct, iar centrul atenției începe să se plimbe dincolo de acel punct. Începe să exploreze, cu atenția, interiorul peticului, situat în câmpul său vizual periferic. Când face acest lucru, probabil că experimentează aceleași iluzii ca un adult. Peticul de lumină pare să „capete viață“ pentru el. Începe să se miște, să-și schimbe culoarea și formă. Nu știe că acestea sunt doar feste jucate asupra minții sale de tensiunea dintre văz și atenție. Pentru Joey, peticul de lumină care înlătură dezvăluie un joc de forțe. El ia parte la un dans. Intră într-o relație dinamică împreună cu peticul de lumină, fiecare exercitându-și influența asupra celuilalt. Așa sunt toate percepțiile lui Joey. Nu există niciun obiect „mort“, neanimat. Există doar forțe diferite. Pe măsură ce Joey interacționează cu acestea, peticul devine dinamic și începe un dans lent.

Peticul de lumină pare să se încălzească și să se apropie în urma jocului culorilor. La această vîrstă, sugarii și-au dezvoltat vederea colorată. Bineînteleș, peticul de lumină să apară gălbui pe un perete alb; acesta din urmă, prin comparație, pare vag albăstrui acolo unde soarele nu-l atinge. Culorile „calde“ intense, cum este galbenul, par să se apropie; iar culorile „reci“, ca albastrul, par să se îndepărteze. Așa că, pentru Joey, peticul de soare pare să se apropie de el, în timp ce spațiul din imediata vecinătate

a peticului pare să se îndepărteze. Spațiul are atât un centru care se apropiere constant — ca o notă care devine din ce în ce mai înaltă, fără să iasă vreodată din gama audibilă —, cât și o zonă înconjurătoare care se retrage lent. Acest centru, animat de spectacolul forțelor ce dansează, pare să se apropii constant de Joey, fără să-l atingă vreodată. De asemenea, peticul ce avansează pe peretele ce se retrage pare să se întoarcă încontinuu pe dos.

În această interacțiune cu un petic de lumină, Joey simte că totul se înaltă „să-l întâmpine“, simte un fel de promisiune („Vine și tot vine“) și, în final, o „retragere“ a „fiorului“ suspansului. Jocul de iluzii și de sentimente îl fascinează pe Joey. Este un spectacol de lumini care îi captează nu numai privirea, ci întregul sistem nervos. Sugarii adoră experiențele în care stimularea și excitarea cresc, dar nu prea rapid și nu prea mult. (Atunci când doriți să atrageți și să mențineți atenția copilului dumneavoastră, în mod intuitiv încercați să vă faceți vocea și expresiile faciale mai interesante.) La fel, cei mici tind să se plăcătasească și să se îndepărteze de situațiile cu un nivel scăzut de stimulare sau în care stimularea nu variază. Așa că, după un timp, Joey se plăcătase de jocul de iluzii pe care îl vede în peticul de lumină. Apropierea lui infinit nu mai este nouă și plină de suspans. Atenția lui Joey dispare brusc și începe să caute în jur o nouă experiență. În acest moment, își întoarce capul dinspre peretele luminat

## 2

## Cântecele spațiului: Ora 7:07

Joey tocmai s-a întors dinspre peretele luminat de soare. Se uită la barele pătușului său și, printre ele, la peretele mai întunecat din depărtare.

\* \* \*

*Deodată, o bucată de spațiu ieșe în evidență.  
E un stâlp, subțire și întins.  
Stă nemîșcat și cântă o melodie strălucitoare.  
Acum, din apropiere, se strecoară și alte note.  
În apropiere mai este un alt stâlp de spațiu.  
Și el cântă — dar în armonie cu primul.  
Cele două melodii se amestecă într-un duet strâns,  
o melodie zgomotoasă și una tăcută.  
Departă se arată volume mari și moi.  
Ele bat un ritm mai lent, mai adânc.  
Duetul apropiat și strălucitor aleargă înăuntrul și în afara ritmului îndepărtat și lent.  
Cele două spații se împleteșc într-un singur cântec ce umple lumea.  
De altundeva se audе o notă diferită.  
O stea căzătoare se vede o clipă și dispărе cu repeziciune.*

\* \* \*