



**Raftul  
Denisei**

---

Colecție coordonată de  
DENISA COMĂNESCU

IRVIN D. YALOM

# Minciuni pe canapea

Traducere din engleză și note de  
CARMEN TOADER

HUMANITAS  
*fiction*

*Pentru viitorul vostru – Lily, Alana, Leonore, Jason, Desmond.  
Fie ca viețile voastre să fie pline de minuni.*

## Mulțumiri

Mulți sunt cei care m-au ajutat în tranziția dificilă de la psihiatrie la ficțiune: John Beletsis, Martel Bryant, Casey Feutsch, Peggy Gifford, Ruthellen Josselson, Julius Kaplan, Stina Katchadourian, Elizabeth Tallent, Josiah Thompson, Alan Rinzler, David Spiegel, Saul Spiro, Randy Weingarten, tipii cu care joc poker, Benjamin Yalom și Marilyn Yalom (fără de care cartea aceasta ar fi fost scrisă cu mult mai puține chinuri). Tuturor, cea mai adâncă recunoștință.

## Prolog

Lui Ernest îi plăcea la nebunie să fie psihoterapeut. Zi de zi, pacienții îl invitau în cele mai intime încăperi ale vieții lor. Zi de zi, el le aducea alinare, își făcea griji din pricina lor, le ușura disperarea. Iar în schimb, primea admirație și prețuire. De asemenea, și bani, deși Ernest deseori se gândea că, dacă n-ar fi avut nevoie de bani, ar fi practicat psihoterapia gratis.

Norocos e cel căruia îi place slujba pe care o face. Într-adevăr, Ernest se considera norocos. Chiar mai mult decât norocos. Fericit. Era un om care își descoperise vocația, un om care putea spune: Sunt exact acolo unde îmi doresc să fiu, în vârtoarea talentelor, intereselor, pasiunilor mele.

Ernest nu era credincios. Dar în fiecare dimineață, când își deschidea agenda și vedea numele celor opt sau nouă oameni dragi cu care urma să-și petreacă ziua, îl copleșea un sentiment pe care nu-l putea descrie decât ca fiind religios. În acele momente îl năpădea dorința profundă să mulțumească unei persoane sau unui lucru pentru că l-a îndrumat spre această profesie.

Existau unele dimineți când privea în sus, prin luminatorul din clădirea în stil victorian de pe Sacramento Street, prin ceața matinală, și își imagina că strămoșii psihoterapiei ar fi suspendați în aurora zorilor.

— Mulțumesc, mulțumesc, incanta el. Le mulțumea tuturor, tuturor tămăduitorilor care îi alinaseră disperarea. Mai întâi, strămoșilor din vechime, cu siluetele lor abia vizibile pe bolta cerească: Isus, Buddha, Socrate. Sub ei, puțin mai bine conturați, măreților înaintași: Nietzsche, Kierkegaard, Freud, Jung. Iar și mai aproape,

părinților psihoterapiei: Adler, Horney, Sullivan, Fromm, chipului dulce și zâmbitor al lui Sándor Ferenczi.

Cu câțiva ani în urmă, ei răspuseseră chemărilor lui disperate când, după ce își încheiase rezidențiatul, își însușise idealul tuturor neuropsihiatrilor tineri și ambițioși și se dedicase cercetării în neurochimie – știința viitorului, arena de aur a oportunității personale. Strămoșii au știut atunci că o luase pe un drum greșit. Locul lui nu era într-un laborator științific. Nici într-o clinică de psihofarmacologie, unde să prescrie medicamente.

I-au trimis un mesager, un mesager caraghios al puterii, pentru a-l ajuta să-și împlinească ursita. Nici în ziua de azi, Ernest nu putea să-și explice *cum* s-a hotărât să devină terapeut. Dar își amintea *când*. Își amintea ziua aceea cu o limpezime uluitoare. Și își amintea și mesagerul: Seymour Trotter, un bărbat pe care l-a întâlnit o singură dată și care i-a schimbat complet viața.

Cu șase ani în urmă, directorul departamentului de care aparținea Ernest îi încredințase un mandat temporar în Comitetul de Etică Medicală al Spitalului Stanford, iar prima lui acțiune disciplinară fusese cazul doctorului Trotter. Seymour Trotter avea șaptezeci și unu de ani, fiind un patriarh al comunității psihiatrice și unul dintre foștii președinți ai Asociației Americane de Psihiatrie. Fusese acuzat de comportament sexual inadecvat față de o pacientă de treizeci și doi de ani.

Pe vremea aceea, Ernest era asistentul unui profesor de psihiatrie și își terminase rezidențiatul în urmă cu doar patru ani. Lucrând cu normă întreagă ca cercetător în neurochimie, nu știa absolut nimic despre ce se petrecea în lumea psihoterapeuților și, în naivitatea lui, nu bănuia că acest caz îi fusese încredințat deoarece nimeni altcineva nu voia să se ocupe de el. Toți psihiatrii mai în vârstă din nordul Californiei îl venerau enorm și știau de frica lui Seymour Trotter.

Ernest a ales pentru prima întâlnire un birou auster din partea administrativă a spitalului și a încercat să pară cât mai oficial, stând cu privirea pe ceas în timp ce îl aștepta pe doctorul Trotter, cu dosarul care conținea dovezile acuzatoare în fața lui, pe birou, nedeschis. Pentru a rămâne cât mai imparțial, Ernest luase decizia să-l interogheze pe acuzat fără a se informa în prealabil despre cazul lui, pentru a-i asculta

istorisirea fără nici o idee preconcepută. Se gândea să citească după aceea dosarul și să programeze o a doua întâlnire, dacă i se părea necesar.

Imediat a auzit bocănituri răsunând cu ecou pe coridor. Să fi fost oare orb doctorul Trotter? Nimeni nu-i spusese nimic despre așa ceva. Bocănituri în podea, urmate de un zgomot târșâit, se auzeau din ce în ce mai tare. Ernest s-a ridicat în picioare și a ieșit pe coridor.

Nu, nu era orb. Era șchiop. Doctorul Trotter venea împleticindu-se pe coridor, sprijinindu-se, într-un echilibru precar, pe două cârje. Era încovoiat din talie și își ținea cârjele departe de corp, fiecare la aproape un metru distanță. Pomeții și bărbia, puternice și sănătoase, erau încă ferme, dar toate părțile moi îi fuseseră năpădite de riduri și excrescențe specifice senectuții. Falduri largi de piele îi atârnav pe gât, și smocuri de păr alb îi ieșeau din urechi. Și totuși, vârsta nu îl doborâse de tot, ceva tineresc, ba chiar copilăresc, se conservase în el. Ce anume? Poate părul lui, cărunț și des, tuns scurt, sau îmbrăcămintea, o jachetă de denim albastru ce acoperea un tricou alb cu guler rulat pe gât.

Au făcut cunoștință în pragul ușii. Doctorul Trotter a făcut bălângănindu-se încă doi pași în cameră, apoi și-a ridicat brusc cârjele, s-a răsucit energic și, parcă printr-un noroc chior, s-a așezat cu o piruetă pe scaun.

— Am nimerit-o la fix! Te-am surprins, ei?

Ernest nu l-a lăsat să-i distragă atenția.

— Înțelegeți care este scopul acestui interviu, doctore Trotter? Și înțelegeți de ce îl înregistrez?

— Am auzit că administrația spitalului m-a nominalizat la titlul de Angajatul lunii.

Ernest, care îl privea fără să clipească prin ochelarii lui cu lentile groase și mari, n-a zis nimic.

— Scuze, știu că ai o sarcină de îndeplinit, dar, după ce treci de șaptezeci de ani, zâmbești la o poantă bună ca asta. Mda, am împlinit șaptezeci și unu săptămâna trecută. Dar tu ce vârstă ai, doctore...? Am uitat cum te cheamă. În fiecare minut, a spus el, bătându-se ușurel pe tâmplă, o duzină de neuroni corticali pier zumzâind, ca niște muște muribunde. Ironia e că am publicat patru articole despre boala Alzheimer, evident că am uitat unde, dar în reviste bune. Știi asta?

Ernest a clătinat din cap.

— Deci tu n-ai știut niciodată, iar eu am uitat. Asta ne face să fim chit. Știi care sunt cele două chestii bune la boala Alzheimer? Vechii prieteni îți devin prieteni noi și poți să-ți ascunzi singur ouăle de Paște.

În pofida iritării sale, Ernest nu s-a putut abține să zâmbească.

— Numele, vârsta și la ce școală ți-ai executat sentința?

— Sunt doctorul Ernest Lash, iar restul probabil că nu contează acum, domnule doctor Trotter. Avem multe de discutat astăzi.

— Fiul meu are patruzeci de ani. Nu poți avea mai mult de atât. Știu că ai fost rezident la Stanford. Ți-am auzit prelegerea de anul trecut. Te-ai descurcat bine. Ai avut o prezentare foarte clară. Acum totul e numai psihofarmacologie, nu? Ce formă de calificare în psihoterapie mai faceți acum voi, tinereii? Mai faceți vreuna?

Ernest și-a scos ceasul și l-a pus pe birou.

— Cu altă ocazie aș fi încântat să vă dau o copie a lucrării mele de rezidențiat la Stanford, dar acum, vă rog, haideți să intrăm în subiect, domnule doctor Trotter. Poate că cel mai bine ar fi să îmi spuneți varianta dumneavoastră în ceea ce privește povestea cu doamna Fellini.

— Bine, bine. Vrei să fiu serios. Vrei să-ți spun versiunea mea. Relaxează-te, *băiețică*, și o să-ți spun o poveste. S-o luăm de la început. Era acum vreo patru ani, cel puțin patru ani... Mi-am răstăcit toate însemnările despre pacienta asta... Ce dată era în dosarul tău cu reclamația? Ce? Nu l-ai citit. Ești leneș? Sau încerci să nu te lași influențat în obiectivitatea ta științifică?

— Vă rog, doctore Trotter, continuați.

— Principiul de bază al unui interviu e să te prefaci că asiguri un mediu plin de afecțiune, care să inspire încredere. Acum, că ai reușit chestia asta cu atâta măiestrie, sunt în stare să vorbesc mult mai liber despre o problemă dureroasă și jenantă. Aha, *asta* te impresionează. Tre' să ai grijă cu mine, doctore Lash. Am la activ patruzeci de ani de descifrat fețe. Mă pricep foarte bine la asta. Dar, dacă ai terminat cu întreruperile, o să încep. Ești gata?

— Acum câțiva ani – hai să zicem acum patru ani – o femeie, Belle, intră sau, mai bine zis, se târâște în cabinetul meu – ori se tâbârcește până în cabinetul meu – se tâbârcește, așa-i mai bine. Există verbul *a se tâbârci*? În jur de treizeci și cinci de ani, dintr-o familie



înstărită, elvețiano-italiană, deprimată, purta o bluză cu mâneci lungi în toiul verii. Evident, se automutilase, avea cicatrici la încheieturile mâinilor. Dacă vezi mâneci lungi în timpul verii și un pacient care te nedumerește, întotdeauna să te gândești la cicatrici la încheieturile mâinilor sau la injecții cu droguri, domnule doctor Lash. Arătoasă, un ten nemaipomenit, ochi seducători, îmbrăcată elegant. Stilată, dar pe punctul de a ceda nervos.

— De multă vreme își făcea rău singură. Tot ce vrei: droguri, le încercase pe toate, nu ratase nici unul. Când am văzut-o prima oară, revenise la alcool și mai ciugulea din când în când heroină. Deși încă nu devenise cu adevărat dependentă. Pe undeva, nu avea înclinație spre dependență – unii oameni așa sunt –, dar se străduia din răspuțeri. De asemenea, și probleme de nutriție. În principal anorexie, dar uneori și accese de vomă bulimică. Deja am menționat tăieturile, numeroase pe toată lungimea brațului și la încheieturi, îi plăceau durerea și sângele. Numai atunci simțea că trăiește. Tot timpul îi auzi pe pacienți că spun asta. Jumătate de duzină de spitalizări scurte. Mereu se externa într-o zi sau două. Personalul se bucura când pleca. Era bună, un adevărat talent la jocul Uproar. Îți amintești de *Games People Play*<sup>1</sup> a lui Eric Berne?

— Nu? Presupun că asta a fost înainte ca tu să te naști. Doamne, ce bătrân mă simt. Bună carte, Berne n-a fost prost deloc. Citește-o, n-ar trebui să fie uitată.

— Căsătorită, fără copii. Refuza să aducă pe lume copii, spunea că lumea e un loc prea oribil ca să-ți obligi copiii să trăiască în ea. Soț cumsecade, relație defectă. El voia cu disperare copii, și se certau o grămadă pe tema asta. Lucra la o bancă, pe post de consultant pentru investiții, ca și tatăl ei, mereu pe drumuri. După câțiva ani de căsnicie, l-a lăsat libidoul sau poate s-a pus pe făcut bani – câștiga binișor, dar n-a reușit să dea lovitura, precum tatăl ei. Ocupat, mereu ocupat, dormea cu computerul. Poate se și futea cu el, mai știi? Însă cert e că nu se futea cu Belle. Din ce mi-a spus ea, o evita de ani de zile, probabil din cauza furiei pricinuite de faptul că ea nu

---

<sup>1</sup> În engl. în orig. *Jocuri pe care le joacă oamenii*, o carte despre psihoterapie tranzacțională de grup. Una dintre ideile principale ale cărții este că oamenii joacă toată viața lor anumite jocuri pe care le-au învățat în relația cu părinții și care de obicei sunt patologice.

voia copii. Greu de spus de ce mai rămâneau căsătoriți. El fusese crescut într-un orfelinat aparținând sectei creștinismului științific<sup>1</sup> și refuza cu îndârjire să facă terapie de cuplu sau vreo altă formă de psihoterapie. Dar ea recunoștea că niciodată nu insistase prea mult. Hai să vedem. Ce să îți mai spun? Întrebă-mă, domnule doctor Lash.

— Ce terapie mai făcuse până atunci? Bine. O întrebare importantă. Eu întotdeauna întreb asta în primele treizeci de minute. Terapie non-stop – sau, mai bine zis, încercări de a face terapie – încă din adolescență. S-a dus pe rând la toți terapeuții din Geneva, și o vreme a făcut naveta până la Zürich, să facă psihanaliză. A venit la universitate în S.U.A., la Pomona, și a tot schimbat terapeuții, deseori nu se ducea decât la prima ședință. A rămas la trei sau patru dintre ei vreme de câteva luni, dar nu s-a dat în vânt după nici unul. Belle era – și mai e încă – foarte pretențioasă. Nici unul nu era destul de bun, cel puțin nu i se potrivea ei. Găsea ceva în neregulă la fiecare: prea formal, prea pompos, prea moralizator, prea protector, prea pus pe afaceri, prea rece, prea preocupat de diagnostice, prea stereotip. Medicamente? Testări psihologice? Protocoale comportamentale? Nici să nu te gândești la așa ceva, oricine i-ar fi sugerat una ca asta ar fi primit imediat papucii. Ce să îți mai spun?

— Cum m-a ales pe mine? Excelentă întrebare, domnule doctor Lash, ne face discuția mai dinamică și mai aplicată. Încă am putea scoate din tine un psihoterapeut. Am simțit asta încă de când am asistat la prelegerile tale. O minte ageră, pătrunzătoare. Se vedea asta când îți prezentai informațiile. Dar ce mi-a plăcut a fost prezentarea studiului de caz, mai ales cum le permiteai pacienților să te influențeze. Mi-am dat seama că ai instincte bune. Carl Rogers<sup>2</sup> obișnuia să spună: „Nu-ți mai pierde vremea calificând terapeuți, mai bine i-ai *selecta*“. Întotdeauna mi s-a părut că există mult adevăr în cuvintele astea.

— Hai să vedem, unde rămăsesem? A, cum a ajuns la mine. Ginecologul ei, un om pe care ea îl adora, îmi fusese pacient. I-a zis că sunt un tip obișnuit, de treabă, și că nu mi-e teamă să mă murdăresc pe

---

1 Cult creștin fondat de Mary Baker Eddy în 1866 și care propovăduiește vindecarea spirituală.

2 Faimos psiholog american (1902-1987), fondatorul psihoterapiei centrate pe persoană.

măini. Mi-a căutat cărțile la bibliotecă și i-a plăcut un articol pe care îl scrisesem în urmă cu cincisprezece ani despre ideea lui Jung de a inventa câte un nou limbaj terapeutic pentru fiecare pacient. Știi despre ce vorbesc? Nu? În *Jurnalul de ortopsihiatrie*. O să-ți trimit o ediție recentă. Eu am ajuns chiar mai departe decât Jung. Am sugerat să inventăm câte o nouă formă de terapie pentru fiecare pacient și să tratăm cu mare seriozitate faptul că fiecare pacient este unic, concepând o terapie individuală pentru fiecare în parte.

— Cafea? Da, aș vrea și eu. Simplă. Mersi. Deci, așa a ajuns la mine. Și următoarea întrebare pe care ar trebui să mi-o pui, domnule doctor Lash: *De ce atunci?* Întocmai. Asta e. Întotdeauna-i o întrebare productivă în cazul unui pacient nou. Răspunsul e comportament sexual periculos<sup>1</sup>. Până și ea își dădea seama de asta. Mai făcuse așa ceva și în trecut, dar acum devenea din ce în ce mai grav. Închipuie-ți că mergea cu mașina pe autostradă în paralel cu un camion sau o dubiță – șoferul fiind suficient de sus încât să vadă interiorul mașinii ei – apoi își ridica fusta și se masturba la o sută douăzeci de kilometri pe oră. Nebună. Apoi ea o lua pe următoarea ieșire de pe autostradă și, dacă șoferul venea după ea, se oprea, se urca lângă el și i-o sugea. Letală chestie. Și o făcea foarte des. Avea un control atât de mic asupra ei înseși, încât atunci când era plictisită, intra în vreo cârciumă sărăcăcioasă din San Jose, uneori în Chicano, alteori în vreun bar de negri, și agăța pe cineva. Se simțea euforică în situații periculoase, înconjurată de bărbați necunoscuți și posibil violenți. Era în pericol nu numai din cauza bărbaților, ci și din cauza prostituatelor, care o detestau fiindcă le fura clienții. O amenințau că o omoară și era nevoită să schimbe mereu locul în care se ducea. SIDA, herpes, sex protejat, prezervative? Se purta de parcă n-ar fi auzit niciodată de așa ceva.

— Deci, una peste alta, cam așa era Belle când a venit prima oară la mine. Ai priceput cum stătea treaba? Mai ai vreo întrebare sau continui? Ok. Așa că, într-un fel sau altul, în prima ședință am trecut toate testele ei. A venit și la a doua, și la a treia, apoi am început să facem tratament de două ori, uneori de trei ori pe săptămână.

---

<sup>1</sup> *Acting out* este o expresie tehnică din engleză, care semnifică tendința unui pacient de a-și manifesta o problemă psihică în viața reală, trecând la acțiune, în loc de a discuta despre ea în cadrul ședințelor de terapie.