

PAŞI PESTE GRANİTE

ANTONIO DAMASIO deține titlul de Profesor David Dornsife în neuroștiințe, neurologie și psihologie la Universitatea din California de Sud, unde conduce Brain and Creativity Institute. Este de asemenea profesor la Salk Institute și la Universitatea din Iowa. A primit numeroase premii (unele împreună cu soția sa, Hanna Damasio, la rândul ei neurolog), între care, recent, Premiul Príncipe de Asturias pentru Știință și Tehnologie. Este membru al Institutului de Medicină de pe lângă Academia Națională de Științe și al Academiei Americane de Arte și Științe. A publicat lucrări de mare răsunet internațional, între care *Descartes' Error* (trad. rom. *Eroarea lui Descartes*, Humanitas, București, 2004) și *The Feeling of What Happens*, traduse în peste 30 de limbi.

ANTONIO DAMASIO

ÎN CĂUTAREA LUI SPINOZA

Cum explică știința sentimentele

Traducere din engleză de
IOANA LAZĂR



HUMANITAS
BUCUREȘTI

Redactor: Vlad Zografi
Coperta: Andrei Gamarț
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu
DTP: Denisa Becheru, Dan Dulgheru
Corectori: Iuliana Pop, Cristina Jelescu

Tipărit la C.N.I. „Coresi“ S.A.

Antonio Damasio
Looking for Spinoza. Joy, Sorrow and Feeling Brain
© 2003 by Antonio Damasio
All rights reserved

© HUMANITAS, 2010, pentru prezenta versiune românească

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

DAMASIO, ANTONIO

În căutarea lui Spinoza: cum explică știința sentimentele / Antonio Damasio;

trad.: Ioana Lazăr. – București: Humanitas, 2010

ISBN 978-973-50-2587-8

I. Lazăr, Ioana (trad.)

159.9

EDITURA HUMANITAS

Piața Presei Libere 1, 013701 București, România

tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51

www.humanitas.ro

Comenzi Cartea prin poștă: tel./fax 021/311 23 30

C.P.C.E. – CP 14, București

e-mail: cpp@humanitas.ro

www.libhumanitas.ro

Pentru Hanna

CAPITOLUL 1

Intră în scenă sentimentele

Intră în scenă sentimentele

Sentimentele de durere, de plăcere sau cele intermediare sunt piatra de temelie a minții noastre. Ignorăm adesea această realitate elementară, deoarece imaginile mentale ale obiectelor și evenimentelor care ne înconjoară, împreună cu imaginile cuvintelor și propozițiilor care le descriu, consumă o mare parte din atenția noastră supraîncărcată. Dar ele sunt prezente – sentimentele miilor de emoții și stări înrudite, linia muzicală neîntreruptă a minților noastre, murmurul continuu al melodiei universale care se stinge doar când adormim, murmur ce se transformă într-un cântec triumfător când suntem stăpâniți de bucurie sau într-un recviem îndoliat când ne copleșește tristețea.*

Dată fiind ubicuitatea sentimentelor, ne-am putea închipui că am epuizat demult cunoașterea lor – câte sentimente există, cum funcționează, ce înseamnă ele –, dar lucrurile nu stau deloc așa. Dintre toate fenomenele mentale pe care le putem descrie, sentimentele și ingredientele lor esențiale – durerea și plăcerea –

* Sensul principal al cuvântului „sentiment“ [*feeling*] se referă la o anumită variantă a trăirii durerii sau plăcerii, așa cum apare în emoții sau în fenomenele înrudite; alt sens frecvent întâlnit se referă la experiențe cum e atingerea, când constatăm forma sau textura unui obiect [aici *feeling* înseamnă „senzație“ – *n. red.*]. De-a lungul acestei cărți, dacă nu se precizează contrariul, termenul „sentiment“ va fi întotdeauna folosit conform sensului principal. (*N. a.*)

sunt cele mai puțin înțelese în termeni biologici, mai precis neurobiologici. Lucrul e cu atât mai surprinzător dacă ținem cont că societățile avansate cultivă fără rezerve sentimentele și investesc atât de multe resurse și eforturi în manipularea acestor sentimente prin intermediul alcoolului, drogurilor, medicamentelor, mâncării, sexului real sau virtual, al tuturor tipurilor de consum și al tuturor tipurilor de practici religioase sau sociale care te fac să te simți bine. Ne tratăm sentimentele cu pilule, băutură, stațiuni de relaxare, săli de antrenament și exerciții spirituale, dar nici publicul, nici știința nu au ajuns să înțeleagă ce sunt sentimentele din punct de vedere biologic.

Această stare de fapt nu mă surprinde cu adevărat, dacă țin cont de toate lucrurile pe care mi le-am închipuit încă din copilărie despre sentimente. În marea lor majoritate, ele erau pur și simplu false. De pildă, credeam că sentimentele sunt imposibil de definit precis, ceea ce nu era cazul cu obiectele pe care le puteai vedea, auzi sau atinge. Spre deosebire de aceste entități concrete, sentimentele erau intangibile. Când am început să reflectez asupra felului în care creierul reușește să creeze mintea*, am acceptat opinia larg răspândită după care sentimentele sunt incompatibile cu o descriere științifică. Putea fi studiat modul în care creierul ne face să ne mișcăm. Puteau fi studiate procesele senzoriale, vizuale etc., și puteam înțelege cum apar gândurile. Putea fi studiat modul în care creierul învață și memorează gândurile. Puteau fi studiate chiar și reacțiile emoționale ce apar ca răspuns la diverse obiecte sau evenimente. Dar sentimentele – care pot fi deosebite de emoții, după cum vom vedea în următorul capitol – rămăneau insesizabile. Sentimentele păreau că vor rămâne pentru totdeauna un mister. Erau personale și inaccesibile. Era imposibil de explicat cum apar ele sau unde se desfășoară. Pur și simplu nu se putea ajunge „în culisele“ sentimentelor.

* În engleză, *mind* înseamnă „minte“, dar și „spirit“, ceea ce poate crea o ambiguitate pentru cititorul român. Dat fiind contextul neurologic, am tradus constant *mind* prin „minte“. (N. red.)

La fel ca în cazul conștiinței*, sentimentele se aflau dincolo de granițele științei, izgonite nu numai de scepticii care se temeau că vreun proces mental ar putea fi într-adevăr explicat de neuroștiințe, dar chiar și de neurologi veritabili care proclamau limitări insurmontabile. Faptul că eu însumi am luat această credință drept realitate e dovedit de numeroșii ani pe care i-am petrecut studiind orice altceva în afară de sentimente. A trecut ceva timp până să-mi dau seama că această interdicție e nejustificată și că neurobiologia sentimentelor nu e mai puțin viabilă decât neurobiologia văzului sau a memoriei. Dar în cele din urmă am făcut-o, în mare parte pentru că m-am confruntat cu realitatea pacienților, ale căror simptome m-au obligat să le cercetez afecțiunile neurologice.

Imaginați-vă, de exemplu, un individ care, în urma lezării unei zone din creier, devine incapabil să simtă compasiune sau jenă – atunci când e cazul să simtă compasiune sau jenă –, dar se poate simți fericit, trist sau înfricoșat absolut la fel ca înainte să se instaleze afecțiunea neurologică. Nu v-ar pune pe gânduri? Sau imaginați-vă un individ care, în urma lezării altei zone din creier, e incapabil să simtă frică în situațiile în care frica este reacția potrivită, dar poate în continuare simți compasiune. Cruzimea afecțiunii neurologice poate fi o groapă fără fund pentru victimele sale – pacienții și aceia dintre noi care trebuie să-i observe. Dar cruzimea bolii e răspunzătoare și pentru singura sa trăsătură izbăvitoare: separând între ele funcțiile normale ale creierului uman, adesea cu o stranie precizie, afecțiunea neurologică ne oferă o cale unică de acces în fortăreața creierului și a minții umane.

Reflecțiile asupra situației acestor pacienți, și a altora cu afecțiuni comparabile, au condus la ipoteze fascinante. În primul rând, unele sentimente puteau fi împiedicate prin afectarea unei regiuni cerebrale bine definite; pierderea unui anume sector al

* La Damasio, „conștiință” are sensul de conștiență, nu e încărcat de conotații morale. (*N. red.*)

circuitelor cerebrale ducea la pierderea unui anume tip de eveniment mental. În al doilea rând, era limpede că sisteme cerebrale diferite controlau sentimente diferite: afectarea unei anumite arii din anatomia cerebrală nu făcea să dispară concomitent toate tipurile de sentimente. În al treilea rând, și cel mai surprinzător, când pacienții își pierdeau capacitatea de a exprima o anumită emoție, își pierdeau și capacitatea de a trăi sentimentul corespunzător. Dar reversul nu era adevărat: unii pacienți care își pierduseră capacitatea de a trăi anumite sentimente puteau încă să exprime emoțiile corespunzătoare. E oare posibil ca, deși emoțiile și sentimentele sunt înrudite, emoțiile să se nască primele, iar sentimentele ulterior, sentimentele urmând întotdeauna emoțiile ca o umbră? În pofida strânsei lor înrudiri și aparentei simultaneități, se părea că emoțiile preced sentimentele. După cum vom vedea, descoperirea acestei legături a deschis o breșă pentru investigarea sentimentelor.

Asemenea ipoteze puteau fi testate cu ajutorul tehnicilor imagistice care ne permit să creăm imagini ale anatomiei și activității creierului uman. Pas cu pas, inițial la pacienți, apoi atât la pacienți, cât și la persoane fără afecțiuni neurologice, colegii mei și cu mine am început să cartografiem geografia creierului sensibil. Scopul nostru era dezvăluirea rețelei de mecanisme care permit gândurilor noastre să declanșeze stări emoționale și să producă sentimente.¹

Emoțiile și sentimentele au jucat un rol important, dar foarte diferit, în două dintre cărțile mele anterioare. În *Descartes' Error** am prezentat rolul emoțiilor și sentimentelor în luarea deciziilor. În *The Feeling of What Happens* am subliniat rolul emoțiilor și sentimentelor în construcția sinelui. În cartea de față mă concentrez asupra sentimentelor înseși – ce sunt și ce ne oferă ele. Majoritatea datelor pe care le prezint nu erau disponibile când am scris

* Vezi traducerea în limba română: *Eroarea lui Descartes. Emoțiile, rațiunea și creierul uman*, Humanitas, București, 2004. (N. red.)

cărțile anterioare, acum apărând o bază mai solidă pentru înțelegerea sentimentelor. Astfel, scopul principal al acestei cărți este să prezinte noile rezultate privind semnificația umană și natura sentimentelor și fenomenelor înrudite, așa cum le văd eu acum, în calitate de neurolog, cercetător în domeniul neuroștiințelor și om care simte.

În esență, am ajuns să cred că sentimentele sunt expresia stării de bine sau a suferinței, așa cum se manifestă ele în minte și în corp. Sentimentele nu sunt un simplu ornament adăugat emoțiilor, ceva de care ne-am putea dispensa. Sentimentele pot fi, și adesea sunt, *dezvăluiri* ale stării vitale a întregului organism – o ridicare a vălului (dez-văluire) în sens propriu. Dacă viața este ca mersul pe sârmă, majoritatea sentimentelor sunt expresii ale strădaniei de a ajunge la echilibru, perspective asupra minunatelor reglaje și corecții fără de care, la proxima greșeală, totul s-ar prăbuși. Dacă există ceva în viața noastră care dezvăluie deopotrivă micimea și măreția noastră, atunci acest lucru sunt sentimentele.

Începe acum să se întrevadă însuși felul în care această dezvăluire are loc în mintea noastră. Creierul folosește un număr de regiuni specifice care colaborează la reprezentarea nenumăratelor aspecte ale activităților corpului sub forma hărților neurale. Această reprezentare e complexă, un tablou în permanentă transformare al vieții aflate în plină desfășurare. Canalele chimice și neurale ce transmit la creier semnalele cu care poate fi pictat acest tablou al vieții sunt la fel de specifice ca pânza care le recepționează. Misterul modului în care simțim este acum ceva puțin misterios.

E firesc să ne întrebăm dacă încercarea de a înțelege sentimentele are vreo valoare în afara satisfacerii curiozității. Există mai multe motive care mă fac să cred că are. Lămurirea neurobiologiei sentimentelor și emoțiilor premergătoare lor ne oferă o cale de abordare a problemei minte-corp, problemă esențială pentru a înțelege cine suntem. Emoțiile și reacțiile înrudite lor sunt legate de corp, sentimentele sunt legate de minte. Studiarea

modului în care gândurile declanșează emoții sau a modului în care emoțiile corporale devin acel gen de gânduri pe care le numim sentimente ne oferă o perspectivă remarcabilă asupra minții și corpului, cele două manifestări aparent diferite ale unui organism uman unic și unitar.

Acest efort are și rezultate practice. Ne putem aștepta ca explicarea biologiei sentimentelor și emoțiilor strâns înrudite cu ele să contribuie la tratarea efectivă a unor cauze majore de suferință umană, printre ele numărându-se depresia, durerea și dependența de droguri. Mai mult, a înțelege ce sunt sentimentele, cum funcționează și ce înseamnă ele este o condiție *sine qua non* pentru elaborarea în viitor a unei perspective asupra omului mai corectă decât cea din prezent, perspectivă care să țină cont de progresele științelor sociale, științelor cognitive și biologiei. De ce ar avea aceasta o utilitate practică? Pentru că succesul sau eșecul omenirii depinde în mare măsură de modul în care publicul și instituțiile care guvernează societatea vor încorpora această perspectivă revizuită asupra omului în principiile și politicile lor. Înțelegerea neurobiologiei emoțiilor și sentimentelor e esențială pentru formularea unor principii și politici capabile să reducă suferința și să sporească prosperitatea. De fapt, noile cunoștințe au legătură directă cu felul în care oamenii gestionează tensiunile nerezolvate între interpretările sacre și cele laice ale propriei lor existențe.

Odată ce am prezentat în linii mari scopul meu principal, e momentul să explic de ce o carte dedicată noilor idei despre natura și semnificația sentimentelor umane are un titlu care îl invocă pe Spinoza. De vreme ce nu sunt filozof, iar această carte nu este despre filozofia lui Spinoza, e firesc să vă întrebați: de ce Spinoza? Explicația scurtă este că în orice discuție privind emoțiile și sentimentele umane Spinoza e o referință esențială. Spinoza considera pulsionile, motivațiile, emoțiile și sentimentele – numite cu un termen generic *afecte* – un aspect central al umanității. Bucuria și suferința au fost două concepte-cheie în

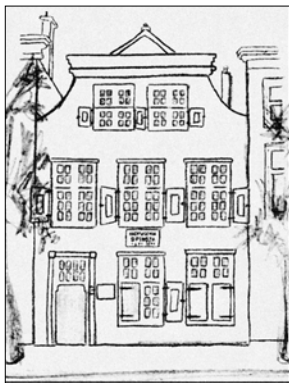
încercarea lui de a înțelege omul și de a propune căi prin care și-ar putea trăi mai bine viața.

Explicația lungă e de natură mai curând personală.

Haga

1 decembrie 1999. Amabilul portar de la Hotel des Ides insistă: „N-ar trebui să ieșiți pe vremea asta, domnule, lăsați-mă să vă chem o mașină. Bate vântul rău. E aproape uragan, domnule. Uitați-vă la steaguri.“ Într-adevăr, steagurile par să-și ia zborul, iar norii gonesc spre est. Deși steagurile ambasadei din Haga sunt pe punctul să fie smulse, refuz oferta. Prefer să mă plimb, spun. Mă descurc eu. Și apoi, priviți ce frumos se vede cerul printre nori! Portarul habar n-are unde mă duc și n-am de gând să-i spun. Oare ce își închipuie?

Ploaia aproape s-a oprit, iar cu puțină hotărâre vântul e ușor de învins. Pot merge foarte repede și mă pot orienta după harta mea mentală. La capătul aleii care trece prin fața lui Hotel des Ides, la dreapta mea, se pot vedea vechiul palat și Mauritshuis, dominate de chipul lui Rembrandt – găzduiesc o retrospectivă a autoportretelor lui. Dincolo de piața din fața muzeului străzile sunt aproape pustii, deși aici e centrul orașului și e o zi de lucru obișnuită. Probabil că oamenii au fost avertizați să rămână acasă. Cu atât mai bine. Am ajuns la Spui fără să mă lupt cu aglomerația. După ce trec de Noua Biserică, drumul devine complet necunoscut și ezit o clipă, dar alegerea e evidentă: o iau la dreapta pe Jacobstraat, apoi la stânga pe Wagenstraat, apoi din nou la dreapta pe Stilleverkadde. Cinci minute mai târziu ajung pe Paviljoensgracht și mă opresc în fața numărului 72–74.



Cuprins

1. Intră în scenă sentimentele	7
2. Despre poftă și emoții	29
3. Sentimentele	81
4. Drumul deschis de sentimente	132
5. Corp, creier și minte	174
6. O vizită la Spinoza	211
7. Cine e acolo?	251
Anexa I	273
Anexa II	277
Note	280
Glosar	310
Mulțumiri	314