

EDITORI
Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu

DIRECTOR EDITORIAL
Magdalena Mărculescu

REDACTOR
Raluca Hurduc

DESIGN
Alexe Popescu

DIRECTOR PRODUCȚIE
Cristian Claudiu Coban

DTP
Corina Rezai

CORECTURĂ
Eugenia Țarălungă
Sînziana Doman

**Descrierea CIP a Bibliotecii
Naționale a României**
STEKEL, WILHELM
Profunzimile sufletului / Wilhelm
Stekel ; trad.: Andra Hâncu. - București :
Editura Trei, 2013
ISBN 978-973-707-739-4

I. Hâncu, Andra (trad.)
159.9.016.1

Titlul original: THE DEPTHS OF THE
SOUL. Psycho-Analytical Studies

Autor: Wilhelm Stekel

Copyright © Editura Trei, 2013
pentru prezenta ediție

C.P. 27-0490, București
Tel./Fax: +4 021 300 60 90
e-mail: comenzi@edituratrei.ro
www.edituratrei.ro

CUPRINS

<i>Prefață la ediția în limba engleză</i>	<i>7</i>
Cea de-a doua lume	9
Recunoștință și ingratitudine.....	18
Dezvăluirea inimii.....	26
Lenea	33
Cei care rămân afară	40
Ce-și doresc copiii	47
Independența.....	56
Gelozia.....	63
Prietenia în copilărie.....	70
La masă	77
Suntem cu toții megalomani?.....	86
Fuga de acasă	92
Amatorii de gratuități	100
Identificarea	107
Refugiul în boală	115
De ce călătorim	122
Persoanele cu dispoziție schimbătoare	131
Ideile supraevaluate	139
Părinții afectuoși.....	147
Motive de ceartă.....	156
Privind spre viitor	164
A privi în trecut	174
Ziua morților	182
Sclavi ai oglinzii.....	189

ingraturudinii. Sentimentul de a fi îndatorat altcuiva este în dezacord cu mândria; adevărul neplăcut contrastează dureros cu adânc înrădăcinatul delir al grandorii pe care îl are omul normal. În acest conflict al emoțiilor este ori așa, ori altminteri. Ori, odată pentru totdeauna, renunțăm la această superioritate exagerată, ori uităm ocazia de a fi recunoscători, refulăm această amintire dureroasă, lăsăm rana ulcerată de pe mândrul trup al „Eului“ să se vindece, cicatrizându-se. (Vom discuta mai târziu și despre excepțiile care întăresc regula și în această privință.)

Primul drum care ne asigură recunoștința veșnică este ales doar de către cei care au fost copleșiți pe deplin de „loviturile crunte ale destinului“, care sunt obosiți de viață — care se simt îmboldiți spre moarte —, cei cu adevărat zdrobiți. Acești nefericiți nu mai au nevoie de jocul forțelor psihice ascunse. Nevoia trupului a înăbușit strigătul sufletului. Aceștia sunt recunoscători, recunoscători din convingere, recunoscători de nevoie. Visurile lor sunt adevărate orgii ale binefacerilor. Pentru ei, binefăcătorul este cel ce-i izbăvește de suferința trupească. Ei văd „suflete moarte“ pe care le poate cumpăra oricine pofteste.

Dar un om care nu a renunțat pentru totdeauna la împlinirea celor mai intime năzuințe ale sale va fi arareori capabil de recunoștință. Eul său nu suportă să fie îndatorat nimănui, cu excepția propriei persoane. Dar acest eu nu-și va permite niciodată să privească adevărul simplu și brutal al ingraturudinii sale. El caută cauze și motive, caută justificări. Și în acest caz, proverbul se dovedește adevărat: „caută și vei găsi“; bunătatea este examinată pe toate părțile, până când se găsește un mic detaliu care relevă un pic de egoism chibzuit, din pricina căruia bunătatea începe să semene cu o afacere. Și ce acțiune umană nu permite mai multe interpretări?

Instinctul nostru de autoconservare alege apoi interpretarea care îi convine cel mai mult, interpretarea care ne eliberează de apăsătorul sentiment al ingraturudinii. Acesta este primul pas al transformării recunoștinței în ingraturudine. Dar lucrurile se opresc arareori aici. De obicei, este nevoie, de asemenea, de o transformare a emoției în opusul său, înainte ca efectul exasperant al recunoștinței să poată fi eradicat. Ce nenorociți mizerabili am părea, chiar și în propriii ochi, dacă nu am putea născoci motive pentru a justifica schimbările sentimentelor noastre? Și astfel, transformăm fapta bună în una rea; dacă este posibil, descoperim murdării și pete în viața actuală a binefăcătorului nostru sau îndeletniciri care-i înnegresc trecutul impecabil. Abia după aceea ne eliberăm de sentimentul apăsător al recunoștinței. Astfel, nemaivând alte motive pentru a fi recunoscători, mândria noastră personală supraviețuiește neatinsă, Eul mai înainte aplicat stă din nou drept și mândru.

Acest mod de a explica psihologia ingraturudinii înlătură misterul ce planează asupra unei serii de fenomene remarcabile cărora le suntem martori în fiecare zi, fără a le lua în considerare sau a le înțelege. Vom cita doar câteva exemple dintre numeroasele cazuri care ne stau la dispoziție: nerekunoștința servitorilor și a tuturor subordonaților — un tip de ingraturudine atât de evidentă, încât dacă apare o excepție, întreaga lume o confirmă ca atare; ingraturudinea elevilor față de profesorul căruia îi datorează totul (ceea ce explică fenomenul des întâlnit al minimalizării reușitelor științifice ale profesorului de către elevi — un fenomen căruia aproape că i s-ar putea da numele de „nevroza elevului“); ura profundă cu care artiștii își privesc tocmai predecesorii cărora le sunt cel mai mult îndatorați; tragedia fiilor remarcabili ai căror tați le-au nivelat drumul; marea nedreptate pe care o fac invalizii medicilor cărora le datorează

viața; ingratitudinea istorică a națiunilor față de marii lor conducători și binefăcători; ignorarea obstinată a personajelor mărețe aflate în viață și supraevaluarea nemăsurată a celor decedate; opoziția perpetuă față de orice tip de guvern s-ar afla la putere, din care provine un fragment al psihologiei nemulțumirii; transformarea destul de frecventă a prieteniei în opusul său.

Fără îndoială, cine se bazează pe recunoștință este cât se poate de necunoscător atât în privința naturii umane, cât și a propriei sale naturi. În această alăturare, trebuie să luăm în considerare de asemenea faptul că, din pricina unei supraevaluări excesive a executării celor mai simple sarcini ale noastre, solicităm recunoștință chiar și atunci când nu avem niciun motiv s-o așteptăm. Mă refer la un singur exemplu: nu este obligația evidentă a părinților de a-i purta de grijă cum pot mai bine copilului pe care l-au adus pe lume? Cu toate acestea, zi de zi le predicăm copiilor noștri: „Trebuie să ne fi recunoscător pentru tot ceea ce facem pentru tine, pentru mâncarea, hainele, educația pe care le primești“. Și nu este un lucru bine-cunoscut că această insistență asupra datoriei copiilor de a fi recunoscători duce la opusul său: nerecunoștința? Nu ar trebui mai degrabă să ne străduim să creăm o legătură cu copiii noștri doar prin intermediul *iubirii*?

Haideți să fim cinstiți și să admitem că mai există și ființe umane cu adevărat recunoscătoare; persoane pe care viața nu le-a obosit și care nu-și pierde deloc demnitatea, deși simt recunoștință. Aceștia sunt indivizi excepționali din punct de vedere spiritual, care s-au străduit să recunoască faptul că nimeni nu este un element independent, că evaluarea pe care ne-o facem este neadevărată, indivizi care au reușit, cu ajutorul autocunoașterii

psihanalitice, să reducă măreția iluzorie a unei persoane normale până la moderația justificată de realitate.

Asemenea persoane sunt recunoscătoare pentru că prețuirea lor față de propria persoană este alimentată de alte surse. Cunoașterea punctelor slabe ale umanității în general le oferă o compensație pentru eșecul uman al individului. Cel mai mare număr de persoane recunoscătoare va fi găsit în rândurile geniilor, în timp ce persoanele talentate sunt, în general, dependente de ingratitudine. Geniul poate fi recunoscător cu ușurință, în măsura în care recunoașterea cinstită a slăbiciunii proprii și cunoașterea secretă a reușitelor nu permit anularea măreției altor oameni. Un om care are atât de mult de oferit nu trebuie să se rușineze pentru că a primit ceva. Și aceasta mai cu seamă pentru că știe cu certitudine că în viață toată lumea trebuie să primească...

Oamenii cu adevărat mari sunt remarcabil de modești. Modestia este cunoașterea propriilor defecte. Vanitatea — supraevaluarea propriei înzestrări. Recunoștința este modestia marilor oameni; ingratitudinea este vanitatea celor neînsemnați. Sunt recunoscători doar cei care, de fapt, nu au ocazia să fie astfel. Un binefăcător autentic își găsește mulțumirea în faptele bune. Analizând această temă, trebuie să ne amintim versurile lui Vischer²:

*„Dacă otrava și fierea amărăsc lumea,
Și nu vrei să-ți pierzi speranța,
Fă fapte bune! Și vei vedea
Cum inima-ți vor înveseli!“*

² Friedrich Theodor Vischer (1807-1887) — romancier, poet, dramaturg și filosof german (n. t.).



DEZVĂLUIREA INIMII

În general, ființele umane simt că le face bine să se elibereze de impresiile acumulate, „descărcându-și inima” în fața altcuiva. Asemenea unui burete, sufletul devine prea plin; asemenea unui burete, trebuie să fie stors bine de tot pentru a se putea umple din nou. Însă, din când în când, se întâmplă ca sufletul să nu se poată debarasa de aceste impresii. Asemenea persoane, se spune, au sufletul bolnav, și îi recunoaștem pe cei care suferă de o boală a sufletului după faptul că resping cu asiduitate noile impresii. În ultimă instanță, orice boală a sufletului are la bază un secret.

Copiii prezintă în mod limpede și lipsit de echivoc reacțiile celor mari. În prezența unui secret, ei se comportă exact așa cum ar trebui să se comporte o persoană normală. Nu-l pot păstra doar pentru sine. Îmi amintesc foarte clar cum, copil fiind, îmi era imposibil să stau un sfert de oră fără să vorbesc. De mai multe ori, părinții mi-au promis recompense considerabile dacă aveam să stau un sfert de oră fără să le pun vreo întrebare sau fără să spun ceva. Recompensa promisă creștea de la o zi la alta, pentru că niciodată nu tăceam mai mult de

jumătate din timpul acordat. Însă obligația de a ține un „secret” era încă și mai stânjenitoare pentru mine. La un moment dat, fratele meu urma să primească un ceas de argint de ziua lui. Timp de trei zile m-am simțit apăsător și neliniștit, ca și când ceva ar fi mers foarte prost. Mă tot țineam după el, urmărindu-l cu atenție, cu încântare abia reținută, astfel încât, în cele din urmă, mi-a observat comportamentul ciudat și mi-a cerut să-i spun ce voiam de la el. Cu o zi înainte de aniversarea lui, nu m-am mai putut reține și, în timp ce luam cina, am izbucnit: „O, nici nu știi că mâine ai să primești un ceas de argint!”

Fără îndoială, toți copiii sunt așa. Un secret e ca o povară insuportabilă pentru ei. Când vine vremea și trebuie să țină secrete anumite chestiuni față de părinții lor, pentru că o timiditate inexplicabilă îi face să se rușineze și să nu vorbească liber cu aceștia despre orice lucru, își schimbă atitudinea față de părinți și își caută un tovarăș de vârstă lor; un prieten cu care pot discuta despre secret.

De fapt, adulții sunt la fel de puțin capabili să păstreze un secret precum sunt și copiii. Îi torturează și-i apasă ca o povară grea; și sunt fericiți să se debaraseze de ea într-un fel sau altul. Dacă nu pot vorbi despre asta deschis și cinstit, atunci o fac într-un mod ascuns, secret sau simbolic. Aș putea cita numeroase ilustrări ale acestui fapt, dar mă voi mulțumi doar cu una. O femeie care se făcuse vinovată de un păcat de neiertat a început să fie chinuită de o activitate compulsivă ieșită din comun. Își spăla încontinuu mâinile. De ce? Pentru că era stăpânită de senzația că este murdară, că devenise necurată. Nu-i putea spune niciunui om din lume ce anume făcuse; i-ar fi plăcut să-i spună soțului și tuturor celor din casă: „Nu mă atingeți! Sunt impură, necurată, sunt o paria!”. A găsit o modalitate de a face

această confesiune, dar a făcut-o într-o formă pe care doar un specialist o poate înțelege. În fiecare situație, potrivită sau nepotrivită, ea se spală pe mâini. Dacă era întrebată de ce se spală pe mâini, răspundea: „Pentru că nu sunt curate“. Asemenea acte simbolice sunt extrem de frecvente și constituie un soi de „limbaj fără cuvinte“ (pentru a utiliza formularea potrivită a lui Kleinpaul). Dar o acțiune simbolică nu este decât un substitut, un compromis dintre tendințele psihice antagonice. Totuși, nu suportă câtuși de puțin comparația cu efectul eliberator al descărcării inimii, prin intermediul cuvintelor, în fața unei alte persoane, un confident în care putem avea încredere.

Știm, din declarațiile deținuților, că nimic nu este mai greu de suportat în închisoare decât imposibilitatea „de a-ți ușura inima“. Și de ce, atunci când călătorim prin țări străine, ne împrietenim atât de prompt cu oameni din orașul nostru pe care-i întâlnim din întâmplare, deși acasă ne sunt destul de indiferenți? Pentru că ne dau ocazia de a vorbi mult, pentru că, într-o anumită măsură, ei devin receptacule în care putem să vărsăm ceea ce s-a acumulat în sufletele noastre. Dorul intens și profund pe care îl avem cu toții, dorul de prietenie, de un suflet plin de empatie, decurge din nevoia imperativă de a ne descărca inimile. Dacă avem parte de o asemenea discuție pe cîste, ne „descărcăm prin abreacție“, o excitație reținută. În această privință, copiii sunt mult mai fericiți decât noi. Cât de ușor își găsesc prieteni! Primul tovarăș de joacă care se ivește le devine prieten și confident în mai puțin de o jumătate de oră. Dar pentru noi, adulții, treaba e mult mai grea. Înainte de a acorda încredere cuiva, de a-l primi în inima noastră, trebuie să întrunească anumite condiții sociale și etice. Însă, în realitate, nu dezvăluim decât lucrurile aflate la suprafață și păstrăm cele mai apăsătoare secrete adânc

ascunse, în profunzimile sufletului, dacă nu suntem copleșiți de izbucnirea furtunoasă a pasiunii; apoi porțile stăvilarului se deschid brusc și apele până atunci zăgăzuite se revarsă în torente abundente, luând pe sus tot ce le stă în cale.

Puterea imensă a Bisericii Romano-Catolice rezistă chiar și în zilele noastre datorită faptului că le permite credincioșilor săi să își mărturisească din când în când cele mai ascunse suferințe și să fie iertați. Dr. Muthmann atrage atenția asupra faptului că sinuciderile apar cel mai frecvent în țările protestante și cel mai rar în rândurile popoarelor romano-catolice, iar el consideră că acest lucru poate fi atribuit influenței pe care-o are confesionalul, una dintre cele mai mari binecuvântări pentru nenumărați oameni.

Metoda psihanalitică de tratare a tulburărilor psihice a făcut mai mult decât să-și însușească binefacerea inestimabilă a confesiunii, i-a asociat acesteia educația spirituală a individului, în măsura în care îl învață să se cunoască pe sine și să își îndrepte privirile spre cele mai întunecate cotloane ale sufletului său. Dar mai există o formă de exprimare care este aproape echivalentă confesiunii — introspecția. Altfel spus, comuniunea cu tine însuși. Pentru că, după cum spune Grillparzer, fiecare inimă are secrete pe care le ascunde cu mare grijă chiar și față de sine. Nu toți oamenii știu să detecteze asemenea secrete. Poeții au acest dar. După cum frumos a spus-o Ibsen: „A trăi înseamnă a stăpâni forțele întunecate dinlăuntrul nostru; a scrie înseamnă a te erija în propriul judecător“. Dar numai un poet este capabil să se erijeze în judecătorul propriului suflet. Nu orice persoană are această capacitate de comuniune cu sinele său. Majoritatea bolilor sufletului sunt influențate de acest mecanism ciudat pe care Freud l-a numit „refulare“. Această „refulare“ este o semiuitare a impresiilor

și ideilor neplăcute. Dar este numai pe jumătate uitare. Pentru că o parte din ideea refulată se stabilește într-o manifestare deghizată, ca simptom sau ca formă a unei tulburări nervoase. În aceste cazuri, psihoterapeutul trebuie să-și folosească măiestria pentru a-l învăța pe bolnav să se cunoască pe sine.

Goethe cunoștea virtuțile confesiunii. El povestește că, la un moment dat, a vindecat o anumită doamnă Herder prin intermediul confesiunii. Pe data de 25 septembrie 1811, îi scria doamnei Stein: „Seara trecută am făcut un miracol cu adevărat remarcabil. Doamna Herder se afla în continuare într-o dispoziție ipohondră din cauza neplăcerilor pe care le avusese la Carlsbad, mai ales din pricina familiei sale. Am determinat-o să-mi mărturisească și să-mi istorisească totul, propriile ei greșeli, precum și pe cele ale altora, în cele mai mici amănunte și consecințe, și în cele din urmă am absolvit-o și, în glumă, am făcut-o să priceapă că prin acest ritual se debarasase de acele lucruri și le aruncase în adâncurile mării. După care s-a înveselit și și-a revenit cu adevărat“. Avem aici principiile de bază ale psihoterapiei moderne. În mod inconștient, datorită puterii ascunse a geniului său, poetul a reușit să facă ceea ce încearcă și terapeuții moderni.

Și Nietzsche înțelegea pe deplin valoarea confesiunii. Ne-am obișnuit să-i asociem imediat lui Nietzsche conceptul de Antichrist. Dar, prin descrierea pe care o face naturii preoțești în cartea sa *Știința voioasă*, dovedește că a priceput cu acuratețe esența unui cleric adevărat. El spune: „Poporul prețuiește un cu totul altfel de om... Acestea sunt firile preoțești, blânde, serioase, naive, caste... în fața cărora își poate deschide nepedepsit inima, poate scăpa de taine, de griji și de ce-i mai rău (căci omul care s-a mărturisit scapă de el însuși și cel ce a recunoscut uită)“.

Ar fi imposibil să expunem valoarea confesiunii mai frumos și mai limpede de-atât. Nu va mai trece mult

până când această perspectivă, care bate imperios la ușa științei și care a făcut deja mult bine, va fi acceptată în mod unanim. Nu va mai trece mult până când ne va oferi prilejul să pătrundem adânc originile „bolilor mentale endogene“, desigur, cu excepția acelor maladii „exogene“ care apar ca urmare a unor boli infecțioase. Vom privi bolile „endogene“, psihozele chiar, ca pe o tulburare a circulației psihice, și ne vom asuma sarcina de a stabili cauzele care produc aceste maladii.

Există o serie de substitute care echivalează cu un soi de confesiune către sine însuși. Acestea sunt arta, citirea ziarelor, muzica, literatura și, în cele din urmă, dar nu în ultimul rând, teatrul. Efectul maxim al unei reprezentări dramatice depinde, în realitate, de eliberarea unor afecte care au fost mult timp reținute în noi. Nu este deloc lipsit de temei faptul că oamenii se îmbulzesc să asiste la spectacole tragice pentru a plânge în timpul reprezentației după pofta inimii. În timp ce spectatorii par să verse lacrimi din pricina sorții nefericite a vreunui personaj de pe scenă, de fapt ei plâng de propria durere. Iar femeia care râde din toată inima de stângăcia penibilă a unui clown, încât ajunge să-i curgă lacrimi pe obraji, râde probabil de soțul ei, care, deși ea nu vrea să recunoască, i se pare exact la fel de prost și de neîndemânatic; în acest fel ea își iartă propriile păcate pe care poate că le-a comis doar în imaginație. Teatrul servește drept un fel de confesional: el eliberează inhibițiile; reține multe amintiri, consolează și poate că face să renască în noi speranțele unor posibilități secrete, în a căror împlinire am încetat de mult să mai sperăm.

În ultima vreme, ne-am obișnuit să suspectăm motivații sexuale ascunse în spatele prieteniei. Chiar dacă acceptăm teoria conform căreia aceste motivații există, dar sunt ascunse în inconștient, aceasta nu constituie nici pe departe o explicație adecvată a faptului că tânjim