



*Probe de
empathie*



ESEURI

Traducere din engleză de
Cecilia Laslo

LESLIE JAMISON

 **Narator**

The original title of this book is:
The Empathy Exams – Essays by Leslie Jamison

THE EMPATHY EXAMS
Copyright © 2014, Leslie Jamison
All rights reserved

© Publica, 2015, pentru ediția în limba română

Toate drepturile rezervate. Nicio parte din această carte nu poate fi reprodusă sau difuzată în orice formă sau prin orice mijloace, scris, foto sau video, exceptând cazul unor scurte citate sau recenzii, fără acordul scris din partea editorului.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
JAMISON, LESLIE

Probe de empatie : eseuri / Leslie Jamison ; trad.: Cecilia Laslo. -
București : Publica, 2015
ISBN 978-606-722-047-6

I. Laslo, Cecilia (trad.)

821.111(73)-4=135.1

NARATOR este o marcă înregistrată a editurii PUBLICA

EDITORI: Cătălin Muraru, Silviu Dragomir

DIRECTOR EXECUTIV: Bogdan Ungureanu

DESIGN: Alexe Popescu

REDACTOR: Silvia Dumitrache

CORECTURĂ: Roxana Măciucă

DTP: Răzvan Nasea



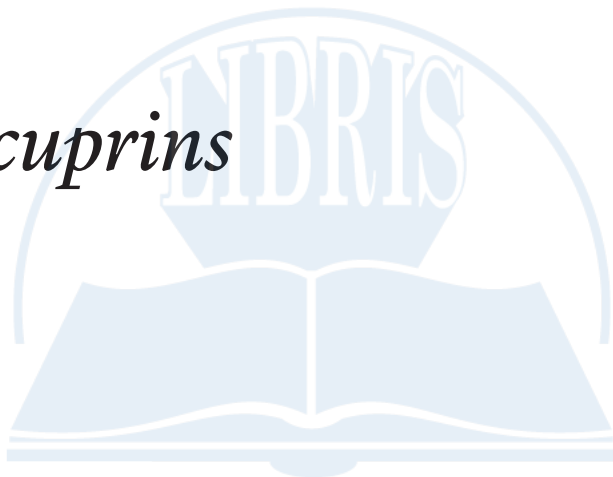
Mamei mele,
Joanne Leslie



Homo sum: humani nil a me alienum puto
Sunt om și nimic din ce e omenesc nu mi-e străin.

Terențiu, *Cel ce se pedepsește singur*

cuprins



<i>Prefață</i>	11
<i>Probe de empatie</i>	19
<i>Momeala diavolului</i>	53
<i>La Frontera</i>	93
<i>Morfologia loviturii</i>	109
<i>Tururile durerii (I)</i>	121
LA PLATA PERDIDA	121
SUBLIMUL, EDIȚIA REVIZUITĂ	124
INDIGENĂ ÎN CARTIER	128
<i>Orizontul nemuritor</i>	139
<i>În apărarea zaharinei/zaharicalelor</i>	165
<i>Numărătoarea de ceață</i>	193

<i>Tururile durerii (II)</i>	217
EX-VOTO	217
SERVICIO SUPERCOMPLETO	220
INIMA FRÂNTĂ A LUI JAMES AGEE	223
<i>Băieții pierduți</i>	229
<i>Marea teorie a suferinței feminine</i>	261
<i>Lucrări consultate</i>	309
<i>Mulțumiri</i>	315
<i>Postfața juriului</i>	319
<i>Confesiune și comuniune</i>	323

Prefață



Nu țin minte când am auzit prima oară cuvântul „empatie“, dar știu că ideea era prezentă la noi în casă. Și tata, și mama, amândoi medici, vorbeau adesea despre cum le mergea pacienților și familiilor acestora și cum încrengătura de relații și sentimente era, uneori, la fel de complicată și malignă precum tumorile cu care luptau – tata, în creier, mama, oriunde apărea cancerul.

După mijlocul anilor 1990, mama a devenit tot mai interesată de acest spațiu al înțelegerii durerii prin care treceau pacienții. A început să citească și să predea despre durere, trecând în planul doi zona farmacologică care primase până atunci. Mesajul ei către studenți și asistenți era simplu: mai devreme sau mai târziu, cancerul ucide, așa că, dincolo de ce știm deja să facem – radioterapie, chimioterapie, medicamente cu pumnul –, ar trebui să învățăm să-i ascultăm pe cei bolnavi și să le învățăm familiile să facă la fel. Vorbea despre nevoile celor care suferă, despre cum pot fi ascultați, despre cum ar trebui lăsați să aleagă ce li se întâmplă și când, cât să sufere și în ce condiții, toate preocupări ale medicinei paliative, o ramură interesată de calitatea vieții unui om diagnosticat cu o boală terminală.

La un moment dat, mama a fost invitată la un curs în Polonia. Nu era unul dintre congresele la care zeci de

medici își afișează planșe și cercetări și la care tot pe-atâtea companii farmaceutice se întrec în a-și prezenta ultimele invenții. Cursul se numea „Aventura morții: o întâlnire experiențială” și urma să fie ținut de un psihoterapeut spaniol cu experiență în medicina paliativă. „E dovedit că profesioniștii care lucrează în domeniul sănătății, în general, și în paliativă, în special, au dificultăți și sunt stresați când trebuie să vorbească despre propria moarte”, se spunea în prezentare. „Cursurile îi ajută să-și sporească cunoștințele și tehnicile, dar prea rar îi ajută la conștientizare.” Promisiunea era de sporire a înțelegerii lumii exterioare și interioare a pacienților, dar și a doctorilor, și de dezvoltare a unei metodologii care să ajute personalul medical să construiască „un parteneriat cu cei care sunt pe moarte și familiile lor”.

Când a aflat că excursia în Polonia însemna să faci exerciții cu moartea, Ani, o asistentă foarte dragă mamei, i-a spus că n-o va însoți nici în ruptul capului. Ani avea 27 de ani și totul la acest curs îi părea înfricoșător, de la treaba cu moartea la gândul că ar fi trebuit să-și folosească engleza mediocră în public, la mențiunile din program despre „purtat îmbrăcăminte lejeră”. Mama împlinise recent 49 de ani și, în calitate de șefă, n-au interesat-o scuzele. Așa că s-au suit amândouă într-un tren și au pornit la drum.

Au ajuns primele în Skrzynki, un sat la vreo 130 de kilometri de Poznan, și s-au dus ață la conacul unde urma să aibă loc cursul, o clădire impunătoare, cu dormitoare la etaj, o sală mare la parter și o pivniță care urma să le marcheze perioada petrecută acolo. Când au sosit, echipa de facilitare tocmai termina de acoperit geamurile de la parter cu folie neagră, sufocând orice sursă de lumină naturală. Nu se mai puteau întoarce.

Tot ce știu despre acele zile e din câteva povești pe care le spunea mama și din notițele schițate de Ani într-un jurnal. Profesorul spaniol, Rubén Bild, era o gazdă impozantă, care le-a botezat „doamnele din Transilvania“, venite din tărâmul lui Dracula într-un conac la fel de misterios. Grupul era mic, nici cincisprezece oameni, toți din spațiul central și est-european, oameni nu foarte obișnuiți să-și exteriorizeze trăirile. Mama, chiar și printre ei, s-a remarcat probabil ca o persoană rezervată. Nu stătea niciodată pe margine și era un partener atent de conversație, dar nu se oferea ca subiect, iar despre ceea ce simțea nu vorbea mai niciodată. Experiența poloneză trebuie s-o fi provocat, pentru că fiecare moment – suficient de traumatizant în sine – se încheia cu participanții răspunzând la două întrebări. Ce ai văzut? Ce ai simțit?

Profesorul, școlit în psihodramă, construisese totul în jurul unor povești în care spectrul morții era omniprezent. În prima zi, au coborât toți în pivnița întunecată și s-au așezat pe jos, pe niște păături. Se auzea o muzică angoasantă, ca ticăitul unui ceas. Era plin de cruci și mirosea a tămâie, iar, în centru, pe un catafalc, sub un cearșaf alb, era întins un corp. Apoi a apărut profesorul, jucând rolul morții care își caută victima. Cearșaful s-a dat la o parte și un tânăr, bolnavul, a-nceput să alerge gol prin cameră, încercând să scape de moarte. La un moment dat, a spart un geam și a scăpat, dar, când a revenit, moartea l-a prins. Ani și-a notat în jurnal că atât ea cât și mama erau extrem de stresate și că impresia momentului a fost teribilă.

Lecția era clară: de moarte nu scapă nimeni.

Zilele au continuat în același ritm, mama, Ani și ceilalți participanți fiind scoși tot mai mult din propria lume și aruncați în alta. Au jucat rolul unor copii evrei într-un tren care se îndrepta spre un lagăr nazist. Au fost actori ai unui circ decrepit, cu un circar bătrân și pe moarte care își ruga

echipa să mai țină, pentru el, o ultimă reprezentație. Trebuiau să poarte măști și să-și aleagă o scenă pe care s-o joace: Ani a fost dresor, iar mama, leul. Au fost la o înmormântare în pivniță, unde fiecare a intrat pe rând și a prezentat condoleanțe unei rude, jucate, bineînțeles, de profesorul Bild.

Ani și mama se detensionau între sesiuni glumind că spaniolul era nebun, ceea ce le făcea era o formă de tortură. Mai ales că, într-o zi, i-a lăsat pe toți nemâncați, doar ca să le spună, la sfârșitul zilei, că la fel de neputincios se simte și bolnavul care se prezintă la controale: nu știe ce și când poate mânca, se plimbă de la o analiză la alta și nimeni nu-l întreabă ce nevoi are. Când i-a îmbrăcat în scutece și au trecut ore bune până când o participantă a spus că nu mai poate, mesajul a fost similar: pacienților le e rușine să ceară, pentru că sunt într-un moment extrem de vulnerabil. La exercițiul de final, opțional, atât Ani, cât mai ales mama, au refuzat să participe: ar fi trebuit să se dezbrace în pielea goală și să intre singure într-o cameră, ca să-și simuleze propria moarte.

Pe măsură ce mi-a citit la telefon din jurnal, Ani și-a amintit cât a fost de frapată – și copleșită – de simplitatea acelor revelații. Și astăzi întreabă mereu bolnavii dacă au mâncat, dacă nu vor cumva să fie schimbați, încercând să le anticipeze nevoile pe care aceștia nu au curajul să le verbalizeze. Patru reguli a încercat profesorul să le bage în cap. Fii simplu în comunicarea cu pacientul. Crede ce-ți spune. Fii flexibil. Și ultima, pe care Ani o repetă și azi, în engleză, așa cum a auzit-o: *Be ready for everything*.

Ultima trebuie să-i fi fost de folos mamei când s-a întors acasă, după zeci de ore în tren, cu rezervorul de forță și emoții secăt. Apartamentul era plin cu gașca din liceu cu care tocmai organizaserăm balul bobocilor și era

o gălăgie de nedescris, ultimul lucru de care avea mama nevoie. Dar, după zile de conștientizare și de antrenament, nu ne-a luat la rost nici pe mine, nici pe fratele meu. S-a oprit, ne-a salutat și și-a răspuns rapid la cele două întrebări. Ce văd? Niște copii care se simt bine la mine în casă. Ce simt? Oboseală și frustrare că n-am liniște nici aici, dar știu că toată lumea asta n-a venit să-mi facă mie în ciudă. Așa că, pregătită pentru orice, mama a luat un somnifer și s-a închis în dormitor.

Ne-a povestit de multe ori despre cursul din Polonia și cele două întrebări. O perioadă am scris pentru ea e-mailuri către profesorul spaniol, care mi se păreau stranii: părea că flirtează sau, mai degrabă, că, pe un ton mie-ros, îl acuză că a forțat-o să dezvăluie lucruri pe care altfel nu le-ar fi spus sau arătat niciodată. Sau, poate, într-un fel, îi cerea și lui aceeași conștientizare pe care le-a solicitat-o el. Mama era o femeie de 50 de ani, divorțată recent, care creștea doi băieți adolescenți, conducea o secție de oncologie și o Dacie – și poate ar fi vrut ca omul care i-a zdrobit o parte din scuturi să-i spună că o înțelege, că empatizează cu ea.

Doar că empatia nu e atât de ușor de stârnit, și nu e neapărat la-ndemână. Unii avem o tendință înăscută de a privi lumea prin ochii altora, pentru alții însă, e un efort. Pe acest efort insistă și Leslie Jamison în această colecție, o carte tradusă și publicată într-un parteneriat a trei organizații care cred în puterea poveștilor de a ne influența viitorul: DoR, Editura Publica și NN România.

Cuvântul „probă” din titlu nu e întâmplător. Empatia e atât un test pe care îl treci sau nu – deși nimeni nu ține scorul –, cât și o încercare pentru care trebuie să fii pregătit, pentru care trebuie să te antrenezi. Sigur că bolnavul se simte inconfortabil într-un scutec, dar ce înseamnă cu

adevărat acest disconfort și care e răspunsul potrivit? Poți să ai compasiune, sau milă, sau simpatie – foarte bune și ele –, dar poți avea un răspuns empatic, care implică o acțiune, o întrebare, un act care nu ține cont de ce simți tu, ci de nevoia celeilalte persoane.

În această colecție de eseuri, Jamison, una dintre cele mai puternice voci tinere americane, combină reportajul, critica culturală și memorialistica pentru a întoarce pe toate părțile întrebările care privesc de relația noastră cu ceilalți. Putem să le înțelegem cu adevărat durerea? Ce înseamnă durere și ce înseamnă răni – fie că vorbim de un avort, de un nas spart sau de durerea provocată de o despărțire? Ce înseamnă să vorbim despre durere și s-o împărtășim cu alții? Care sunt granițele între văicăreală și suferință și cum le trasăm?

Din camere de spital până pe traseul unui ultramaraton infernal, prin minele din Chile și ghetourile din Los Angeles, Jamison ghidează cititorul prin povești menite să dezvăluie adevăruri complicate. Cum ar fi acesta, care seamănă foarte mult cu ce a experimentat mama în Polonia: „Empatia nu este doar ceva ce ni se întâmplă – ca o ploaie de meteoriți care se aprind în creierul nostru –, ci și ceva ce alegem să facem: să fim atenți, să ne extindem ființa. Se compune din efort – verișorul mai demodat al impulsului. Uneori, ne pasă de cineva pentru că știm că așa se cuvine sau pentru că ni se cere, însă asta nu știrbește valoarea grijii noastre“.

Mama a murit în 2007 de un cancer la sân pe care l-a descoperit în 2004 și care a ajuns, în final, să se extindă în tot corpul, inclusiv la plămâni. În 1998, în Polonia, profesorul îi întrebase, la un moment dat, pe participanți de ce tip de cancer se tem cel mai mult. Ani a răspuns „de sân“, iar mama, „de plămâni“, moment de care Ani și-a amintit

în ultimele zile ale mamei, când delira și respira spasmodic și huruit, cu plămânii ciuruiți de metastaze.

Țin minte că și Ani, dar și noi, familia, am încercat pe cât am putut să urmărim lecțiile pe care le-am învățat de la mama, să-i punem întrebări, să o încurajăm să ne spună ce-și dorește, să trecem probele de empatie ale acelor zile. Doar că mama nu voia să participe, încălcând oarecum toate regulile proprii și pe cele strânse din zecile de congrese și cursuri la care a participat și pe care le-a ținut. Ani, care încă lucrează în oncologie, mai singură de când nu mai e „șefa“, crede că, ascunzându-și suferința – fie din rușine, fie dintr-un act extrem de protecție –, mama a negat un adevăr pe care profesorul li l-a repetat ca să nu-l uite: indiferent de cât de gravă e situația, de cât de infernală este suferința, bolnavul are mereu, pe undeva, un dram de speranță.

Eseurile din această carte sunt despre speranță, despre speranța că, împărtășindu-ți durerea cu lumea și depunând un efort concret de a înțelege și de a acționa asupra durerii altora, vei fi mai împăcat cu parteneriatul straniu pe care îl negociem zilnic cu viața și cu moartea.

Cristian Lupșa
Editor DoR (*Decât o Revistă*)
Gazdă a conferinței *The Power of Storytelling*

Probe de empatie



Slujba mea poartă titlul de actorie medicală, ceea ce înseamnă că fac pe bolnava. Sunt plătită cu ora. Studenții de la medicină trebuie să-mi ghicească bolile. Sunt ceea ce s-ar numi „un pacient standard” [PS] – cu alte cuvinte, mă port în conformitate cu niște norme stabilite pentru tulburările mele. Pe scurt, sunt un PS înzestrat cu jargon standard. Vorbesc fluent limba simptomelor de preeclampsie, astm și apendicită. Joc rolul unei mame al cărei bebeluș are buzele albastre.

Actoria medicală funcționează astfel: ți se dau un scenariu și un halat de unică folosință. Ești plătit cu 13,50 dolari pe oră. Scenariile noastre au între zece și douăsprezece pagini și descriu ce este în neregulă cu noi – nu doar ce ne doare, dar și cum să exprimăm acest lucru. Ne spun cât de mult să divulgăm și în ce moment. Ni se cere să dezvăluim răspunsurile după un anumit protocol. Scenariile ne construiesc viețile fictive cu multă minuțiozitate, indicându-ne cum îi cheamă pe copiii noștri, ce boli au părinții noștri, cum se numește firma de imobiliare sau de design grafic a soțului, cât am slăbit în ultimul an, cât alcool consumăm săptămânal.

Cazul meu predilect este cel al lui Stephanie Phillips, o fată de 23 de ani, care suferă de ceva numit „tulburare

de conversie“. Stephanie este îndurerată de moartea fratelui ei, iar chinul său a luat forma convulsiilor. Boala ei este ceva nou pentru mine. Nu știam că poți avea spasme de tristețe. Și se presupune că nici ea nu știe asta. N-ar trebui să-i dea prin cap faptul că aceste convulsii au de-a face cu pierderea ei.

STEPHANIE PHILLIPS

Psihiatrie

Instrucțiuni PS



Narator

20

Leslie Jamison

Rezumatul cazului: Ești o pacientă în vârstă de 23 de ani, de sex feminin și ai convulsii a căror cauză neurologică este neidentificabilă. Tu nu-ți poți aminti aceste episoade, însă ți s-a spus că faci spume la gură și că strigi obscenități. De obicei, simți când se apropie un astfel de episod. Convulsiile au început cu doi ani în urmă, la scurt timp după ce fratele tău s-a înecat în râu, undeva la sud de Bennington Avenue Bridge. Înota beat, după ce fusese la o băută înainte de un meci de fotbal. Pe-atunci, amândoi lucrați la un teren de minigolf. Astăzi, nu lucrezi nicăieri. Astăzi, nu faci mai nimic. Ți-e teamă de un episod convulsiv în public. Niciun medic n-a fost capabil să te ajute. Pe fratele tău îl chema Will.

Istoric de medicație: Nu iei medicație. Nu ai luat niciodată antidepresive. Nu te-ai gândit niciodată că ai avea nevoie.

Istoric medical: Nu ai avut niciodată probleme de sănătate. Nu ai avut niciodată vreo problemă mai gravă decât o mână ruptă. Erai cu Will când ți s-a întâmplat asta. El a fost cel care a chemat ambulanța și care te-a liniștit până ce aceasta a sosit.

Consultațiile simulate au loc în trei cabinete cu încăperi amenajate special. Fiecare încăpere este prevăzută cu

o masă de consultație și o cameră de supraveghere. Testăm studenți din anul al II-lea și al III-lea prin rotații pe specializări: pediatrie, chirurgie, psihiatrie. În ziua examenului, un student trebuie să aibă „interacțiuni“, cum s-ar spune în termeni tehnici, cu câte trei sau patru actori, fiecare interpretând un caz diferit.

Studentul ar putea fi nevoit să palpeze o femeie cu o durere abdominală care, pe o scară de la unu la zece, ar primi nota maximă, iar apoi să stea față-n față cu un tânăr avocat în delir, pe care să-l anunțe că senzația că o masă de viermi i s-ar zvârcoli în intestinul subțire provine, de fapt, din altă parte. După aceea, studentul cu pricina ar putea sosi în camera mea și, cu un aer placid, să-mi spună că sunt pe cale de a intra în travaliu prematur, dând naștere pernei prinse de pântecul meu cu o curea, sau să încuviințeze solemn din cap în timp ce eu îmi exprim îngrijorarea față de bebelușul meu din plastic, bolnav: „E atât de tăcut!“.

Odată încheiată interacțiunea noastră de cincisprezece minute, studentul părăsește încăperea, iar eu completez o fișă de evaluare a prestației sale. În prima parte, am de bifat niște răspunsuri dintr-o listă: Ce informații cruciale a reușit să obțină? Ce informații au rămas nedescoperite? A doua parte este dedicată emoțiilor. În principiu, afirmația numărul 31 este recunoscută ca reprezentând cea mai importantă categorie: „Și-a verbalizat empatia față de situația/problema mea“. Ni se pune în vedere importanța acestui prim cuvânt – *verbalizat*. Nu este suficient dacă cineva are o atitudine înțelegătoare sau folosește un ton grijuliu. Ca să primească punctele pentru compasiune, studenții trebuie să rostească cuvintele potrivite.

Și noi, pacienții standard, primim, la rândul nostru, o încăpere în care să ne echipăm și să ne dezecipăm. Ne adunăm pe bisericiuțe: bătrânii în halate albastre și mototolite, masteranzii cu bocanci prea cool pentru halatele

noastre de unică folosință, adolescenți în robe de spital și trening. Ne ajutăm unii pe alții să ne prindem perna în jurul taliei. Ne pasăm manechine-bebeluși. Bebelușul Doug, păpușa suferind de pneumonie, înfășată într-o pătură ieftină de bumbac, este trecut de la o fată la alta ca o ștafetă. Breasla noastră abundă de actori din teatre comunitare, de studenți la actorie în căutarea unei scene, de liceeni care vor să facă un ban ca să-și cumpere băutura, de pensionari cu timp liber. Eu sunt scriitoare, ceea ce înseamnă că mă străduiesc să nu mor de foame.

Împreună, întruchipăm o menagerie demografică. Sportivi tinerei cu leziuni ale ligamentului încrucișat anterior. Bunica ce suferă de o boala cu transmitere sexuală – tocmai l-a înșelat pe cel care-i este soț de 40 de ani, iar acum se poate mândri cu o gonoree. Se ascunde în spatele rușinii ca după un vâl, iar studentul care se ocupă de ea trebuie să-l dea la o parte. Dacă va reuși să-i pună întrebările potrivite, atunci ea va avea o criză de plâns pe la mijlocul interacțiunii.

Tipul cu pierderea de memorie își aplică, prin machiaj, o tăietură în bărbie, un ochi vânăt și, de-a lungul pomeților, niște contuzii mânjite cu fard verde. Înainte de interacțiune, se stropește pe corp cu alcool de parcă s-ar da cu parfum. Trebuie să strecoare amănuntele alcoolismului său în mod cu totul „neplanificat“, ca și cum ar fi fărâmele unui secret pe care se străduiește din răspuțeri să-l tăinuiască.

Scenariile noastre sunt pline de înflorituri. Soțul Lilei, femeia însărcinată, este căpitanul unui iaht ce navighează pe mări îndepărtate către Croația. Angela, cea cu apendicita, a avut un unchi chitarist care a murit când autocarul cu care mergea în turneu a fost lovit de o tornadă. Mulți dintre membrii familiei noastre extinse au avut parte de morți violente, provinciale: spintecați într-un accident de

tractor sau într-un siloz de cereale; călcați cu mașina de vreun șofer beat, pe când se întorceau acasă de la supermarket; doborâți de urgiile naturii sau de vreo băută la stadion (într-un incident armat), sau, ca fratele meu, Will, de urmările mai tăcute ale destrăbălării.

Între interacțiuni, ni se dau fructe, apă, batoane de cereale și rezerve nesfârșite de bomboane mentolate. Nu trebuie să-i obosem pe studenți cu respirația noastră urât mirositoare sau cu chiorăiturile stomacului, deci cu efectele secundare ale corpurile noastre reale.

Unii dintre studenți se emoționează în timpul interacțiunilor. E ca și cum am ieși la o întâlnire ciudată, numai că jumătate dintre ei poartă verighete de platină. Îmi doresc să le spun că sunt mai mult decât o femeie nemăritată care mimează convulsii ca să facă un ban de buzunar. *Chiar fac chestii!*, aș vrea eu să le zic. *Probabil că, într-o bună zi, voi scrie despre asta într-o carte.* Flecărim despre satul de fermieri din Iowa din care se presupune că sunt. Fiecare dintre noi e conștient de faptul că celălalt inventează pălăvrăgeala asta și ne punem de acord să reacționăm la născocirile interlocutorului ca la o etalare autentică a personalității. Ne agățăm de ficțiunea dintre noi ca de mânerul unei corzi de sărit.

Odată, un student scapă din vedere că e o prefăcătorie și începe să-mi pună întrebări detaliate despre falsul meu oraș de baștină – care era *adevăratul* său oraș natal –, iar întrebările sale depășesc sfera scenariului meu și competența mea de a-i răspunde, pentru că, la drept vorbind, nu știu prea multe despre persoana care se presupune că aș fi sau despre locul din care se presupune că vin. Uitase de contractul nostru. Torn și mai multe scorneli, și mai cu foc. „Parcul ăla din Muscatine!”, zic eu, lovindu-mi genunchiul cu palma de parc-aș fi un bunic. „Pe-acolo, mă dădeam cu sania când eram mică.”

Alți studenți sunt cât se poate de formali. Turuie lista clinică a depresiei de parc-ar fi lista de cumpărături: *tulburări ale somnului, poftă de mâncare fluctuantă, putere scăzută de concentrare*. Unii dintre ei se irită când mă conformez scenariului și refuz să-i privesc în ochi. Trebuie să rămân înfocolită și inertă. Acești studenți iritați iau ca pe o provocare faptul că-mi feresc privirea. Lupta lor cu mine pentru a-i privi în ochi este o cale de a-și păstra puterea, forțându-mă să conștientizez afișarea obligatorie a grijii lor.

Treptat, m-am obișnuit cu comentariile resimțite ca agresive din cauza insistenței lor clișeice: *trebuie să vă fie tare greu* (să aveți un copil pe moarte), *trebuie să vă fie tare greu* (să vă temeți că vi se vor declanșa convulsiile în mijlocul supermarketului), *trebuie să vă fie tare greu* (să purtați în uter dovada bacteriană a faptului că v-ați înșelat soțul). De ce să nu spui, de exemplu, *nici nu-mi pot închipui*?

Alți studenți par să înțeleagă faptul că empatia pendulează precaut între dar și invadare. Aceștia nici măcar nu-mi ating pielea cu stetoscopul fără să mă întrebe dacă e în regulă. Au nevoie să li se dea permisiunea. Nu vor să facă presupuneri. Bâlbâiala lor îmi onorează, în mod involuntar, intimitatea: „Pot să... aș putea să... v-ar deranja dacă v-aș... asculta inima?”. Nu, le răspund eu. Nu mă deranjează. În asta constă jobul meu: în a nu mă deranja. Smerenia lor este un soi de compasiune cu drepturi depline. Smerenia înseamnă că ei îmi pun întrebări, iar întrebările înseamnă că vor primi răspunsuri, iar răspunsurile înseamnă că vor primi puncte pe fișa de evaluare: un punct pentru că află că mama mea ia antidepresive, un punct pentru că reușesc să mă facă să recunosc că ultimii doi ani mi i-am petrecut tăindu-mă cu lama, un punct pentru că descoperă că tatăl meu a murit într-un siloz când eu aveam doi ani – pentru că realizează că pe sub întregul teritoriu al

vieții mele se întinde radial, ca un rizom, un ansamblu de rădăcini ale pierderii.

Astfel, empatia nu se măsoară doar prin afirmația numărul 31 – „Și-a verbalizat empatia față de situația/problema mea” –, ci prin fiecare element care sondează cât de temeinic și-a închipuit celălalt experiența mea. Empatia nu se rezumă la a-ți aminti să spui „trebuie să vă fie tare greu”, ci înseamnă să găsești o cale de a scoate o greutate la lumină, astfel încât să poată fi văzută în întregime. Empatia nu se limitează la a asculta – ea presupune să pui întrebările ale căror răspunsuri au nevoie să fie ascultate. Empatia necesită atât chestionare, cât și imaginație. Empatia necesită să știi că nu știi nimic. Empatia înseamnă să-ți însușești un context al cărui orizont se întinde în permanență dincolo de ceea ce poți vedea tu: gonoreea unei bătrâne se leagă de sentimentul ei de vinovăție, care se leagă de căsnicia ei, care se leagă de copiii ei, care se leagă de vremea când ea însăși era copil. Iar întregul ansamblu se leagă, la rândul său, de mama femeii, care era depășită de atribuțiile casnice, și de căsnicia nevătămată a părinților săi; pesemne că toate se trag din momentul în care i-a venit prima menstruație, când a fost cuprinsă de rușine și de încântare.

Empatia înseamnă să înțelegi că nicio traumă nu are hotare clare. Traumele sângerează. Dincolo de răni și de granițe. Tristețea se transformă în convulsii. Empatia solicită, în schimb, un alt tip de porozitate. Scenariul meu cu Stephanie are douăsprezece pagini. Mă gândesc în special la ceea ce nu spune.

Cuvântul „empatie” vine din grecescul *empathēia* – *em* („în”) și *pathos* („sentiment”) – o penetrare, un soi de călătorie. Înseamnă să pătrunzi în suferința unei alte persoane așa cum intri într-o nouă țară – poposind pe la biroul de imigrări și pe la vamă –, trecând granița cu ajutorul

întrebărilor: *Ce plante cresc acolo unde ești tu? Ce legi aveți? Ce animale pasc pe-acolo?*

M-am gândit la convulsiile lui Stephanie Phillips din prisma proprietății și a intimității. Îndepărtarea de actul mărturisirii directe este calea prin care suferința fetei rămâne în proprietatea sa. Refuzul lui Stephanie de a privi în ochii celui alt, lipsa dispoziției de a-și explica viața lăuntrică, felul în care-și pierde cunoștința în timp ce-și manifestă durerea și faptul că ulterior nu-și aduce aminte de aceasta – toate astea ar putea fi o metodă de a-și proteja pierderea, de a o păstra curată, nepângărită de simpatia celor din jur.

— Ce strigi în timpul convulsiilor?, mă întreabă un student.

— Nu știu, îi spun eu, vrând să adaug: „Dar cred cu tărie în fiecare cuvânt”.

Știi că aș încălca regulile dacă i-aș spune asta. Interpretez rolul unei fete a cărei suferință e atât de absconsă, încât nici măcar ea nu o poate vedea. Nu mă pot da de gol cu atâta ușurință.

LESLIE JAMISON

Obstetrică-ginecologie
Instrucțiuni PS

Rezumatul cazului: Ești o fată în vârstă de 25 de ani, care dorește să-și întrerupă sarcina. Nu ai mai fost însărcinată înainte. Ești în cinci săptămâni și jumătate, însă nu te-ai confruntat cu niciun episod de balonare sau crampe. Starea de spirit ți-a fost fluctuantă, dar nu-ți poți da seama dacă e din cauza sarcinii sau din cauza gândului că ești însărcinată. Sarcina nu te tulbură în mod vizibil. În planul invizibil, ai dubii.

Istoric de medicație: Nu iei pastile. De-asta ai rămas însărcinată.

Istoric medical: Ai suferit câteva operații în trecut, însă nu-i pomeniști de ele doctorului tău, pentru că nu-ți par relevante. Urmează să mai faci o operație, de corectare a tahicardiei, adică a bătăilor excesive și iregulate ale inimii. Mama ta te-a obligat să-i promiți că vei pomeni operația la consultul de dinaintea avortului, chiar dacă nu prea ai chef să deschizi subiectul. Ea vrea ca doctorul să știe despre problema ta cardiacă, în eventualitatea în care asta ar influența modul în care va realiza întreruperea sarcinii sau felul în care te va anestezia.

Aș putea să-ți spun că am făcut un avort cândva în februarie sau o operație la inimă în martie – de parcă ar fi două cazuri separate –, însă niciuna dintre aceste povești nu ar fi completă fără cealaltă. O lună a fost suficientă ca să le țeșe la un loc, fiecare petrecându-se în câte o dimineață în care m-am trezit cu stomacul gol și m-am acoperit cu un halat de unică folosință. Una s-a petrecut cu ajutorul unui aspirator minuscul, cealaltă, cu al unui cateter pentru ablația țesutului inimii. „Ablație?“, i-am întrebat eu pe doctori. Mi-au explicat că înseamnă ardere.

Una dintre proceduri mi-a provocat sângerări, iar cealaltă s-a petrecut aproape fără niciun strop de sânge; una a fost alegerea mea, iar cealaltă nu; ambele m-au făcut să simt, în același timp, incredibila fragilitate și capacitate a corpului meu; ambele au avut loc într-o iarnă mohorâtă și ambele m-au ținut sub mâinile bărbaților și m-au făcut să depind de grija unui bărbat pe care abia începusem să-l iubesc.

Dave și cu mine ne-am sărutat prima oară într-un sub-sol din Maryland la trei dimineața, pe drum către Newport News, unde urma să facem campanie pentru candidatura lui Obama din 2008. Eram într-o organizație numită *Unite Here*^{*}. *Unite here!* Câțiva ani mai târziu, așful acela atârna

^{*} În original, în engleză, „Uniți-vă aici” (n.t.).

deasupra patului nostru. În prima noastră toamnă, ne-am plimbat de-a lungul plajelor din Connecticut presărate cu scoici sfărâmate. Ne-am ținut de mână în bătaia vântului sărat. În weekend, am mers la un hotel și am turnat atâta spumant de baie în cadă, încât toată podeaua era împrăscată cu spumă. I-am făcut o poză. Am făcut poze la tot. Ne-am plimbat prin Williamsburg pe ploaie ca să vedem un concert. Eram doi scriitori îndrăgostiți. Șeful meu obișnuia să-și închipuie cum ne ghemuim noaptea în pat și ne inventariem reciproc inimile. „Cum te-ai simțit azi, când ai văzut pe stradă porumbelul ăla rănit?” etc. Și e ade-vărat: odată am discutat despre cum am văzut doi iepurași betegi încercând să se împerecheze pe o peluză veștejită – despre cât era de trist și de emoționant în același timp.

Ne iubeam de două luni când am rămas însărcinată. Am văzut crucea de pe testul de sarcină și l-am sunat pe Dave; ne-am plimbat prin grădinile universității în frigul sfichiuitor și am vorbit despre ce urma să facem. M-am gândit la micul făt înfășurat alături de mine în paltonul meu și m-am întrebat – cu toată sinceritatea – dacă mă simt legată deja de el. Nu eram sigură. Îmi aduc aminte că nu știam ce să zic. Îmi aduc aminte că voiam să beau ceva. Îmi aduc aminte că-mi doream ca Dave să ia parte, alături de mine, la hotărârea respectivă, dar că voiam, totodată, ca întâmplarea să rămână a mea. Aveam nevoie să înțeleagă faptul că el nu va trăi niciodată alegerea asta în felul în care urma să o trăiesc eu. Iată cele două tășuri ale raportării mele de-atunci la orice lucru dureros: voiam ca și altcineva să-l simtă, odată cu mine, dar voiam și să-mi aparțină în întregime.

Am programat avortul într-o zi de vineri și m-am trezit că, până la actul propriu-zis, aveam la dispoziție o săptămână cu zile obișnuite. Mi-am dat seama că trebuia să continui să fac lucrurile obișnuite. Într-o după-amiază, m-am

cuibărit în bibliotecă și am citit memoriile unei femei despre sarcină. Autoarea scria despre ghemul de teamă și de singurătate ce pulsa pe dinăuntru ei – un ghem pe care l-a purtat de-a lungul întregii vieți și pe care-l anestezia prin băutură și sex –, și explica modul în care sarcina a înlocuit ghemul acesta cu mugurele minuscul al fătului, al unei vieți într-o continuă devenire.

I-am trimis un SMS lui Dave. Voiam să-i spun despre ghemul de teamă, despre inima bebelușului, despre cât de trist a fost să citesc despre femeia preschimbată de sarcina sa în timp ce eu știam că a mea nu avea să mă transforme, sau cel puțin nu în același fel. Ore întregi, nu mi-a dat niciun semn. Asta m-a deranjat. Mă încerca un sentiment de vinovăție pentru că nu aveam simțăminte mai intense față de avort; mă înfuria gândul că Dave era altundeva, că alegea să nu miște un deget, în timp ce eu trebuia să fac tot restul.

Clipă de clipă, simțeam cum mă apasă așteptările – senzația că întreruperea sarcinii este ceva ce ar *trebui* să mă îndurereze, teama secretă că niciodată nu m-au întris-tat lucrurile care ar fi trebuit să mă întristeze, gândul că m-am perindat pe la câteva înmormântări fără să vărs o lacrimă, bănuiala că viața mea interioară e secată și animată doar de nevoia constantă de a mă afirma și de nimic mai mult. Voiam ca Dave să-mi ghicească nevoile exact în momentul în care le aveam. Voiam să-și închipuie cât de importante pot fi micile semne ale prezenței sale.

În seara aceea, am fript niște legume și le-am mâncat la masa din bucătăria mea. Cu câteva săptămâni înainte, am umplut aceeași masă cu citrice și i-am servit pe prietenii noștri cu pastile din fructe de pădure care făceau ca totul să aibă gust dulce: grepfrutul avea aromă de bomboane, berea – de ciocolată, Shiraz-ul – de vin evreiesc – de fapt, totul avea gust de vin evreiesc. Cu alte cuvinte,

bucătăria aia găzduia fantomele a nenumărate zile care au fost mai blânde cu noi decât cea pe care o trăiam atunci. Am băut vin și cred – ba nu, știu – că eu am băut mult. Mă îmbolnăvea gândul că aș face ceva dăunător fătului, pentru că asta ar fi însemnat să-l percep ca pe ceva vulnerabil, ceea ce îl făcea să pară mai viu, ceea ce mă făcea să mă simt mai egoistă, amețită de cabernet ieftin și gata să mă iau la harță.

Văzând cât de distant fusese Dave atunci, am înțeles câtă nevoie aveam să simt că e la fel de aproape de sarcina aia ca mine – o asimptotă imposibilă. Dar m-am gândit că ar fi putut măcar să ridice o punte între zilele și trupurile noastre printr-un SMS. I-am spus asta. De fapt, probabil că m-am îmbufnat, așteptând să mă întrebe el ceva, iar apoi i-am spus asta. „A-ți ghici ție sentimentele este ca și cum ai hipnotiza o cobră cu un stetoscop“, mi-a spus odată un alt iubit. Ce vrea să însemne asta? Înseamnă câteva lucruri, cred eu: că durerea mă face veninoasă; că, pentru a mă diagnostica, ar fi necesar un tip specializat de hipnoză; că fac paradă de sentimente, ascunzându-le, în același timp, originea.

Stând cu Dave în livingul din mansarda mea, mi-am desfăcut gluga de cobră. „Astăzi m-am simțit singură“, i-am spus eu. „Aș fi vrut să primesc un semn de la tine.“

Aș minți dacă aș scrie că îmi amintesc exact ce-a zis. Nu-mi amintesc. Iar asta reprezintă tristul timp de înjumătățire a certurilor – de obicei, ne aducem mai bine aminte de părerea noastră. Cred că mi-a spus că se gândise la mine toată ziua, dar nu-l credeam? De ce aveam nevoie de o dovadă?

Și-a verbalizat empatia față de situația/problema mea. De ce aveam nevoie de o dovadă? Aveam nevoie, pur și simplu.

Mi-a spus:

— Cred că asta-i o născocire a ta.

„Asta“ însemnând ce? Furia mea? Furia mea împotriva lui? Memoria-mi bâjbâie.

I-am spus că nu știu ce simt. Nu putea să creadă, pur și simplu, că simțeam ceva și că voiam ceva de la el? Aveam nevoie de empatia lui nu doar ca să-mi înțeleg sentimentele pe care le descriam, dar și ca să mă ajute să descopăr ce sentimente erau, de fapt, la mijloc.

Deasupra noastră era o lucarnă, iar deasupra ei – luna. Dincolo de geam, era februarie. Era aproape de Sfântul Valentin. Eu stăteam ghemuită pe o canapea extensibilă ieftină, în ale cărei cute rămăseseră firmituri – o piesă de mobilier care mă făcea să mă simt de parcă aș fi fost încă în facultate. Avortul ăla era însă o chestiune matură. Iar eu nu mă simțeam deloc matură în mijlocul acelei chestiuni.

Am perceput cuvintele „asta-i o născocire a ta“ ca pe o acuză că aș fi inventat sentimente pe care nu le aveam, însă cred că el voia să spună că tradusesem greșit afecte care, de fapt, existau și care existaseră cu mult înainte – că atribuiam acestui eveniment izolat nevoi și incertitudini vechi, că exacerbam ceea ce simțeam pentru a-l face să se simtă prost. Acuzația lui nu mă rănea pentru că era complet greșită, ci pentru că era parțial adevărată, și pentru că fusese lansată cu atâta răceală. Spunea ceva pertinent despre mine cu scopul de-a se apăra, nu pentru a mă face să mă simt mai bine.

Însă, în spatele acesteia, se afla un adevăr. Dave îmi percepea durerea ca fiind autentică și, totodată, construită. Înțelesese că era un pic din amândouă, că sentimentele mele erau constituite și din modul în care le verbalizam. Când mi-a zis că născocesc, nu insinua că nu aș simți nimic. Voia să spună că a simți nu e niciodată sinonim cu o simplă stare de supunere, ci și cu un proces de construcție. Privind retrospectiv, înțeleg toate acestea.

Mai înțeleg și că ar fi putut să fie mai blând cu mine. Am fi putut fi mai blânzi unul cu celălalt.

Am mers la Centrul de Planificare Familială într-o dimineață geroasă. În timp ce așteptam să fiu chemată înăuntru, am răscolit printr-o cutie cu cărți gratuite pentru copii. De ce-or fi fost cărțile alea acolo? Poate pentru copiii care-și așteptau mamele în timp ce ele intrau la consultație. Dar, în acea dimineață de vineri, în timpul programului pentru avorturi, prezența lor acolo părea o meschinărie. Dădusem peste o carte intitulată *Alexander*, despre un băiat care îi mărturisea tatălui său toate năzbâtiile pe care le făcuse, dând însă vina pe un cal imaginar dungat, cu roșu și cu verde. *Astăzi, Alexander n-a fost un cal prea cuminte*. Faptele pe care nu le putem lua asupra noastră le aruncăm în cărca oricui ar fi dispus să le care. Cartea aparținuse unui băiat pe nume Michael, din Branford. M-am întrebat ce-o fi căutat Michael la Centrul de Planificare Familială și de ce o fi lăsat cartea acolo.

Mi-ar plăcea să-i zic câteva lucruri acelei versiuni ale mele care a stat în sala de consultații. I-aș spune că trece printr-o mare încercare și că n-ar trebui să-i fie frică să exprime dimensiunile acesteia, să nu se teamă că ar putea face „din țăntar armăsar“. N-ar trebui să se teamă că nu are simțăminte suficient de adânci, căci ele – dar și altele – o vor urmări ani de-a rândul. I-aș mai spune că obișnuitul nu te apără de durere. Prezența în sala de așteptare a tuturor acelor femei, care făceau același lucru ca mine, nu m-a încălzit cu nimic.

Mi-aș mai spune: poate că nu contează operațiile tale anterioare, dar, poate, totuși, contează. Că ți-ai rupt odată maxilarul și altcândva nasul nu are nimic de-a face cu sarcina ta, cu excepția faptului că ambele au fost niște intrări prin efracție în ființa ta. Pentru repararea fiecăreia a fost

nevoie de încă o astfel de intruziune. Vindecarea inimii tale va fi un nou jaf, în urma căruia nu va dispărea nimic în afară de ceea ce va fi ars. Poate că, de fiecare dată când îți iei pe tine halatul de unică folosință, se reunesc fantele tuturor celorlalte dați când ai făcut asta; poate că, de fiecare dată când aluneci în beznă aceea anesteziantă, dai peste aceeași beznă în care te-ai cufundat și înainte. Poate că te-a așteptat în tot acest timp.

STEPHANIE PHILLIPS

Psihiatrie

Instrucțiuni PS (Cont.)

REPLICA DE DEBUT: „Am convulsii și nimeni nu știe de ce”.

ÎNFĂȚIȘARE ȘI TON: Porți blugi și un hanorac, de preferat unul pătat și necălcat. Nu ești omul care să se preocupe prea mult de înfățișarea sa. În timpul interacțiunii, ai putea menționa, la un moment dat, că nu te mai deranjezi să te îmbraci frumos pentru că rareori ieși din casă. Este esențial să eviți să-l privești în ochi pe interlocutor și să păstrezi un ton neutru.

Una dintre cele mai dificile părți în interpretarea lui Stephanie Phillips este să-i surprinzi starea – *la belle indifférence*, un comportament descris ca „aerul de nepăsare pe care unii pacienți îl adoptă față de simptomele lor fizice”. Reprezintă un semn comun al tulburării de conversie, un front de indiferență în spatele căruia se ascund „simptome fizice, putând să calmeze astfel anxietatea și să aibă și beneficii secundare, precum compasiunea și atenția celor din jur”. *La belle indifférence* – externalizarea conținutului afectiv printr-o manifestare fizică – constituie o metodă de a momi empatia, fără a o cere explicit. Prin urmare, interacțiunile cu Stephanie devin un caz-limită