

**DAVID J. LINDEN**

# **ATINGEREA**

Cunoașterea simțului tactil

Traducere din limba engleză și note de  
George Tudorie

# Cuprins

Prolog.....	11
Capitolul 1. Pielea este un organ social .....	19
Capitolul 2. Căutându-ne prin buzunare .....	52
Capitolul 3. Anatomia unei mângâieri .....	104
Capitolul 4. Atingerea sexuală.....	124
Capitolul 5. Ardei iuți, mentă răcoritoare și lilieci vampiri .....	159
Capitolul 6. Durere și emoție.....	185
Capitolul 7. Un <i>show</i> cu mâncărimi și scârpănături.....	222
Capitolul 8. Iluzie și transcendență.....	245
Mulțumiri.....	264
Note .....	267
Index.....	313

*De sufletul poate privi, iar trupul atinge  
Care dintre ele să fie mai fericit?*  
W.B. Yeats, „The Lady’s Second Song“, 1938

*Să vezi înseamnă să crezi,  
dar să simți înseamnă să atingi adevărul.*  
Thomas Fuller, *Gnomologia*<sup>i</sup>, 1732

---

<sup>i</sup> Culegere de proverbe adunate de medicul Thomas Fuller și publicată în prima jumătate a secolul al XVIII-lea, după moartea acestuia.

# Prolog

## Malibu, vara lui 1975

Suntem opt adolescenți adunați în jurul focului de tabără, târziu în noapte. Stăm îngrămădiți ca niște cățeluși, lungiți peste pietre și trunchiuri, pe pământul uscat și prăfuit al munților Santa Monica. Mirosim a salvie de California, a ghinde și a tricouri nespălate. Departe de lumea adulților și la adăpostul catifelat al întinericului, dăm glas unora dintre cele mai ascunse gândurile de adolescenți.

— E rândul tău, Sam.

— Bun... pentru Caroline. Ai prefera să-l săruți franțuzește pe directorul taberei sau să înghiți un gândac viu?

Vocile se adună într-un ecou dezgustat, dar satisfăcut, de cor grecesc: „Aaahhh!”

— Ești prea scârbos, Sam. Nu răspund la așa ceva.

— Trebuie. Astea-s regulile.

— S-o crezi tu, perversule.

— Vai, ce sensibilă ești. N-am vrut să te supăr.

— Da, da, sigur.

— Bine, bine, uite una politicoasă. Ai prefera să mori de frig în Antarctica sau de cald în deșertul Saharei?

— Păi ce, n-am voie să-mi aduc o haină groasă în Antarctica?

— Nu, ești goală.

— Atunci aleg deșertul, măcar să mor bronzată frumos.

Strigăte vesele izbucnesc în aer. Caroline își ridică brațul și schițează mișcări de dans, făcând pe vampa.

Sam zâmbește.

— Cât de orgolioasă ești. Oricum... trebuie să plec.

Toată lumea știe că-i praf în ochi. E cât se poate de clar că Sam e mort după Caroline.

— Ba nu, nu pleci, șarpe ce ești. E rândul *meu* acum. Să zicem că trebuie să renunți la toate simțurile, mai puțin unul. Pe care alegi să-l păstrezi?

— Mamă, ce mi-ai servit-o. Greu. Aș păstra văzul. Măcar așa m-aș putea orienta. Stai, nu, auzul – nu pot fără muzica mea preferată. Pe dracu'. Nu știu. Ar fi extrem de nasol.

— Mda, ar cam fi.

— Sunt emoționat că-mi porți de grijă.

— Pupă-mă undeva.

Mai târziu, întins în sacul de dormit și gândindu-mă la zeflemeaua de mai devreme, am început să-mi pun întrebări. Mustind de hormoni, cu toții eram flămânzi după atingerea altei persoane, după săruturi, mângâieri și tot restul. Eram și eu la fel ca toți ceilalți din grup – atât de obsedat de ideea de a ține în brațe și deci săruta o frumoasă brunetă pe nume Lorelei încât abia puteam deschide gura. Atingerea era în centrul obsesiilor și fanteziilor noastre, și totuși niciunul dintre noi nu va alege să păstreze acest simț când, în nopțile următoare, întrebarea lui Caroline despre pierderea simțurilor va reveni în jocul „Ai prefera să...?”. Oare pur și simplu nu ne-am gândit la conexiunile respective? Cu siguranță că o gașcă de adolescenți excitați și ruși de somn adunată în jurul unui foc de tabără nu este un forum ideal pentru contemplație. Sau poate era vorba de faptul că ne puteam imagina cu ușurință cum ar fi fost să ne pierdem vederea sau auzul (cu toții puteam să ne închidem ochii sau să ne băgăm degetele în urechi), sau chiar gustul și mirosul, însă

niciunul dintre noi nu a putut vreodată să-și reprezinte senzația pierderii simțului tactil. Poate că atingerea era legată atât de intim de propriul sine încât nu ne puteam imagina cu adevărat cum ar fi fost să trăim fără ea. Ani mai târziu, când am citit *Lolita*, am descoperit că Vladimir Nabokov ridicase deja această problemă – așa cum a făcut adesea – cu mult timp înainte: „Este straniu că simțul tactil, pe care oamenii pun infinit mai puțin preț decât pe văz, devine în momentele decisive principala, dacă nu cumva singura, priză la realitate de care dispunem.“

Pentru personajul Humbert Humbert al lui Nabokov, atingerea era o experiență atât de prețioasă încât până și cel mai trecător contact tactil cu draga lui Lolita trezea în el pasiuni copleșitoare. Experiența atingerii are, pentru fiecare dintre noi, o natură intrinsec emoțională, iar asta se reflectă în felul în care vorbim. Vedeți și în dialogul de mai sus – oamenii folosesc adesea expresii metaforice, precum: „a fi atins“ sau „a fi lovit de ceva“, „n-am vrut să te rănesc“ sau „să aduc atingere“, „ești aspru“ sau „ești alunecos“. Suntem, așadar, deplin obișnuiți să descriem o gamă largă de emoții, acțiuni sau trăsături de personalitate ale oamenilor prin prisma senzațiilor de la nivelul pielii.

„M-au apăsât întrebările ei.“

„Te-ai ars în situația asta.“

„Gata cu limbajul ăsta înțepător.“

„Problema asta îmi dă mâncărimi.“

„I-ai gădilat orgoliul.“

„M-a usturat ce a spus.“<sup>i</sup>

În limbajul cotidian, tactilul și emoționalul sunt suprapuse într-o asemenea măsură încât, atunci când întâlnim o persoană

---

<sup>i</sup> Exemplele autorului sunt specifice limbii engleze; aici am folosit expresii proprii limbii române.

imatură emoțional, spunem că este „lipsită de *tact*“. Ceea ce înseamnă, la propriu, că îi lipsește simțul tactil.

Următoarea întrebare ar putea să pară copilărească, însă nu este: De ce denumim emoțiile *simțăminte* (en. *feelings*) și nu le spunem *vederi* (en. *sightings*) sau *adulmecări* (en. *smellings*)? Oare metaforele tactile chiar ne spun ceva despre senzațiile de la nivelul pielii și despre modul în care acestea participă la cunoașterea umană – sau e vorba de o simplă utilizare generală a lor în engleza vorbită? În limba engleză, de exemplu, expresii precum „Am fost atins de...” (en. *I am touched*) cu sensul „Am fost afectat emoțional de...” sau „simțămintele mele” (en. *my feelings*) cu sensul de „starea mea de sensibilitate emoțională” au fost folosite cel puțin de la sfârșitul secolului al XIII-lea. Asemenea expresii se găsesc, de altfel, nu doar în engleză sau în familia limbilor indoeuropene, ci și în limbi foarte diferite, cum ar fi basca<sup>i</sup> sau chineza.



Persoanele care se nasc oarbe sau surde vor avea o dezvoltare normală a corpului și creierului (în afară de ariile vizuale sau auditive) și pot duce o viață împlinită și productivă. Însă dacă un nou-născut este privat de atingerea celorlalți, așa cum s-a întâmplat în anii '80 și '90 în orfelinătele românești cu personal insuficient, rezultatul este catastrofal. Creșterea este încetinită, apar comportamente prin care copilul încearcă să se liniștească singur, precum legănatul compulsiv, și dacă nu se intervine, tulburările de dispoziție, cogniție și autocontrol care apar în acest context pot să continue și în viața adultă. Din fericire, până și o intervenție aparent minoră, cum ar fi o oră

<sup>i</sup> Limba bască (*Euskara*) este vorbită în special în Țara Bascilor, o regiune aflată în vestul munților Pirinei, în Spania și Franța. Basca nu face parte din grupul limbilor indoeuropene și nu are legături cu nicio altă familie lingvistică.

de atingere și de mișcare a membrelor, efectuată de un îngrijitor poate remedia această teribilă degradare – asta în măsura în care intervenția are loc în copilăria timpurie. Atingerea nu este așadar opțională pentru dezvoltarea unei ființe umane. Specia noastră are cea mai lungă copilărie dintre toate animalele. Nu există vreo altă ființă care la cinci ani să nu poată trăi independent. Dacă îndelungata noastră copilărie nu beneficiază de atingere, și mai ales de contact cald, interpersonal, consecințele sunt dramatice.

Rolul fundamental al atingerii în dezvoltarea timpurie nu a fost întotdeauna bine înțeles. În anii 1920, psihologul John B. Watson (fondatorul școlii de psihologie numite „behaviorism”<sup>i</sup>) oferea recomandări de creștere a copiilor care le sugerau părinților să nu-i răsfețe pe cei mici cu manifestări fizice ale afecțiunii: „Comportamentul dumneavoastră ar trebui să fie întotdeauna obiectiv și de o fermitate blândă. Niciodată să nu-i îmbrățișați sau să-i sărutați pe copii. Nu-i luați niciodată pe genunchi. Dacă vi se pare totuși necesar, îi puteți săruta o dată pe frunte înainte de culcare. Strângeți-le mâna când se trezesc. Mângâiați-i pe creștet când s-au descurcat excepțional de bine într-o problemă dificilă.”<sup>1</sup>

Deși, în zilele noastre, cei mai mulți părinți nu-și limitează contactul cu propriii copii la o mângâiere ocazională pe creștet, nu la fel stau lucrurile în afara familiei. Din dorința de a-i proteja pe copii de agresiuni sexuale, am ajuns să adoptăm reguli care interzic atingerea din partea învățătorilor, profesorilor, antrenorilor sau a altor adulți care se ocupă de copii. Chiar dacă intențiile din spatele acestor norme sunt bune, efectul nu este întotdeauna unul benefic, ducând la accentuarea sentimentului

---

<sup>1</sup> De la cuvântul englezesc *behavior* – comportament. Behavioriștii propuneau explicarea psihologiei umane apelând doar la elemente observabile sau externe, mai exact stimuli și comportamente.



de lipsă de afecțiune. Pe măsură ce acești copii cresc într-un mediu dominat de fobia față de atingeri și ajung să-și proiecteze aceste temeri asupra propriilor copii, societatea noastră în ansamblu va fi și mai afectată de această absență.

Poate că veți spune: „Bun, înțeleg, copiii sunt sensibili, însă după ce devenim adulți, ce mai contează dacă suntem lipsiți de afecțiune? Dulcegăriile de felul ăsta sunt pentru hipioți și pierde-vară. Mai bine vă spălați pe mâini cu dezinfectant (se aude și un sunet plăcut când apăsați pompa) și vă vedeți mai departe de treabă.“ Răspunsul stă în faptul că atingerea interpersonală este un liant social. Ea poate transforma partenerii sexuali în cupluri stabile. Ea întărește legăturile dintre copii și părinți, și pe cele dintre frați. Ea îi apropie pe membrii unei comunități și pe colegii de muncă, generând sentimente de recunoștință, simpatie și încredere. Oamenii care sunt atinși în trecere de chelner într-un restaurant au tendința de a lăsa bacșișuri mai mari. Doctorii care-și ating pacienții sunt considerați mai implicați, iar pacienții lor înregistrează un nivel mai mic al hormonilor de stres și au un prognostic medical mai bun. Până și cei care strâng semnături prin centrele comerciale au șanse mai mari să vă convingă să le semnați petiția sau să le completați chestionarul dacă vă ating ușor brațul.



Ideea principală a acestei cărți nu este de a spune pur și simplu că atingerea este bună sau importantă. Cartea își propune, mai degrabă, să explice că organizarea specifică a circuitelor tactile ale corpului, de la piele, la nervi și creier, constituie un sistem bizar, complex și adesea contraintuitiv – și că trăsăturile caracteristice ale acestui sistem și ale organizării lui ne influențează puternic viețile. De la alegerile pe care le fac consumatorii, la actul sexual, de la folosirea uneltelor, la durerea cronică sau la

procesul vindecării, genele, celule și rețelele neuronale implicate în sistemul senzorial tactil sunt fundamentale în producerea unei experiențe specific umane.

Transcendența simțului tactil ține de detalii care au prins contur de-a lungul a milioane de ani de evoluție. O regăsim în receptorii cu dublă funcție de la nivelul pielii – cei care ne fac să percepem menta drept răcoroasă, iar ardeii iuți drept fierbinți. Există în nervii specializați din piele care fac să ne încânte o atingere ușoară (însă numai dacă se mișcă cu viteza potrivită pe piele). Și nu lipsește nici din centrul emoțional ai simțului tactil de la nivelul creierului, fără de care un orgasm s-ar simți mai degrabă ca un strănut – convulsiv, dar nu excitant. Nu avem de ce să credem că totul este prestabilit și mecanic la acest nivel. Centrul nervos care se ocupă de latura emoțională a simțului tactil sunt și puncte nodale unde senzațiile și așteptările se întâlnesc, suferind influențe puternice din partea istoriei personale a individului, a culturii sale sau a contextului în care se află. Activarea acestor zone ale creierului face ca o anumită atingere să fie resimțită pozitiv sau negativ din punct de vedere emoțional, în funcție de contextul în care are loc. Imaginați-vă că vă mângâie iubitul sau iubita într-o situație de apropiere intimă și caldă – apoi imaginați-vă că aceeași persoană vă atinge la fel, însă tocmai după ce v-a spus ceva foarte jignitor. Diferențele sunt clare. În mod similar, respectivele arii cerebrale sunt cele în care semnalele nervoase asociate efectului placebo, sugestiei hipnotice sau chiar simplei anticipări pot atenua sau exacerba durerea. Nu există, de fapt, o senzație declanșată doar de o simplă atingere, pentru că atunci când o percepem aceasta este deja combinată cu alte inputuri senzoriale, cu planuri de acțiune, cu anumite așteptări și cu o porție zdravănă de emoții. Vestea bună este că astfel de procese nu mai sunt cu totul necunoscute. În ultimii ani, studiul științific al simțului tactil s-a dezvoltat

## ATINGEREA. CUNOAȘTEREA SIMȚULUI TACTIL

spectaculos, conducând la idei noi care ne ajută să explicăm modul în care ne percepem pe noi înșine, precum și felul în care cunoaștem prin experiență lumea externă. Să plonjăm, așadar, în acest bazin al cunoașterii. Apa nu este chiar atât de rece odată ce ne obișnuim cu ea. Vă asigur că ne vom simți minunat.

# Capitolul 1

## PIELEA ESTE UN ORGAN SOCIAL

### Varșovia, 1915

Solomon Asch era cuprins de neastâmpăr. Avea șapte ani și, deși ora lui de culcare obișnuită trecuse, fusese lăsat pentru prima dată să stea treaz mai mult, pentru Sederul Paștilor. La lumina caldă a lumânărilor, Solomon o privi pe bunica sa umplând încă un pahar de vin. Însă acest pahar nu era pentru niciunul dintre meseni.

— Pentru cine-i paharul ăla? întrebă Solomon.

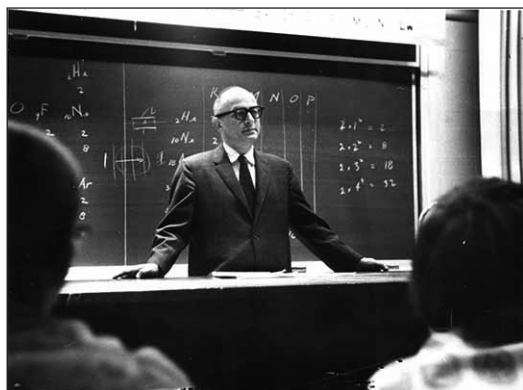
— Pentru profetul Ilie, îi explică unul dintre unchii săi.

— Și chiar va veni profetul aici să bea vin?

— Bineînțeles, spuse unchiul. La momentul potrivit să fii atent, vom deschide ușa și-l vom lăsa să intre.

Toate rudele se adunară în jurul mesei pentru a citi din Haggadah, cartea care spune povestea eliberării evreilor de sub sclavia egipteană pe vremea lui Moise. După învățăturile din Talmud, s-au rostit rugăciuni, s-a băut vin și s-a înmuiat pătrunjel în apă sărată. S-au mâncat bucate tradiționale, iar mesenii s-au înclinat după obiceiul oamenilor liberi din antichitate. După masă, așa cum cere obiceiul, s-a deschis ușa pentru a-l primi pe profet. O clipă mai târziu, Solomon, plin de nerăbdare și aflat încă sub influența ritualului de Paști, văzu cum nivelul vinului din pahar a scăzut puțin, ca și cum profetul Ilie ar fi luat o gură înainte de a ieși pe ușă pentru a merge și la alte familii de evrei.

Solomon Asch a emigrat împreună cu familia sa în New York când avea 13 ani. Curând a învățat limba engleză citind romanele lui Charles Dickens. Mai târziu a devenit pasionat de psihologie, mai ales de psihologia socială, ajungând să obțină un doctorat în această disciplină la Universitatea Columbia în 1932 (figura 1.1).



**Figura 1.1.** Solomon Asch, unul dintre cei mai importanți experți în psihologie socială și gestaltistă. Această fotografie a fost făcută în 1950, pe când Asch era profesor la facultatea de psihologie de la Swarthmore College. Psihologul a murit în 1996, la vârsta de 88 de ani. Fotografia este reproducă cu permisiunea *Friends Historical Library*, Swarthmore College.

După mulți ani, Solomon Asch și-a explicat interesul său pentru psihologie prin acea experiență din copilărie, de la masa de Paști. Oare cum îl făcuse credința colectivă a participanților la acel Seder să fie convins că profetul băuse din paharul cu vin – fapt, în mod limpede, imposibil? Nu era vorba doar de o întrebare pur științifică. Odată cu venirea la putere a lui Hitler și cu ascensiunea nazismului în Europa, pe Asch au ajuns să-l preocupe în special două întrebări sociopolitice îngemănate, întrebări care îi vor reține atenția de-a lungul întregii cariere: