Capitolul I

Dacă timpul nu curge așa cum îl simțim, ce înseamnă vindecarea trecutului?

Raluca: Vreau să încep direct cu ceva ce mi se pare aproape absurd, dacă stai să te gândești. Spunem tot timpul: „a trecut". Au trecut zece ani, au trecut douăzeci de ani, omul acela nu mai este în viața ta, situația s-a încheiat, locul acela poate nici nu mai există fizic în forma în care îl știai. Și totuși, uneori, este suficient un miros, un nume, o melodie sau o propoziție spusă într-un anumit ton, iar corpul tău reacționează ca și cum totul s-ar petrece din nou. Atunci întrebarea mea este foarte simplă: ce a trecut, de fapt?

Ana: Cred că aici apare una dintre marile confuzii pe care le facem atunci când vorbim despre timp. Folosim același cuvânt pentru realități foarte diferite și apoi ne mirăm că ele nu se comportă la fel. Există timpul măsurat de ceas, timpul astronomic, timpul fizicii, timpul calendarului, timpul istoric, timpul social, timpul biologic și timpul psihologic. Ele se intersectează, dar nu sunt

identice: douăzeci de ani pe calendar nu înseamnă automat douăzeci de ani în memoria afectivă a unui om. De ce mi s-a părut întotdeauna fascinant? Pentru că istoria lucrează aparent cu ceea ce „a trecut". Spunem secolul al XIX-lea, Primul Război Mondial, perioada interbelică, comunismul, Revoluția Franceză și așezăm toate aceste realități în intervale cronologice ordonate. Un eveniment începe într-un an, se desfășoară, apoi găsim o dată convențională la care spunem că s-a încheiat. Numai că, atunci când studiezi cu adevărat istoria, descoperi foarte repede că trecutul nu se termină odată cu data la care s-a încheiat evenimentul. Un război poate dura patru ani, dar să rămână activ în memoria unei societăți o sută de ani. O dictatură poate dispărea juridic într-o singură zi, dar frica, reflexele sociale, mecanismele de tăcere, neîncrederea în instituții și anumite comportamente colective pot continua generații întregi. Uneori se schimbă regimul politic, dar oamenii continuă ani la rând să șoptească în propria bucătărie, de parcă cineva i-ar putea asculta. Legea s-a schimbat, însă corpul social nu a primit încă informația. Din acest punct de vedere, individul seamănă surprinzător de mult cu o societate: un om poate părăsi în mod concret o situație, fără ca toate părțile sale interioare să se desprindă de ea în același timp.

Raluca: Adică și noi avem, într-un fel, propria noastră „perioadă postbelică".

Ana: Exact, iar comparația mi se pare foarte potrivită, pentru că uneori o relație s-a terminat, dar în interiorul tău

războiul continuă. Nu mai există adversarul, însă există încă starea de alertă. Nu mai există conflictul concret, dar există reflexul de apărare. De aceea expresia „dar au trecut atâția ani" este adesea inutilă, pentru că întrebarea reală ar trebui să fie: au trecut unde? Pe calendar, fără îndoială. În corp, poate nu în aceeași măsură. În felul în care cineva interpretează apropierea, respingerea, critica, tăcerea sau abandonul s-ar putea ca evenimentul să fie încă foarte prezent. Noi avem tendința să ne imaginăm timpul ca pe un râu care curge uniform, iar această imagine este foarte veche. Heraclit ne-a lăsat celebra idee că nu intrăm de două ori în același râu, pentru că apa se schimbă, iar noi ne schimbăm odată cu ea. Imaginea este superbă, dar experiența psihologică adaugă ceva straniu: uneori râul curge, dar o parte din noi rămâne pe mal. Poți avea 35 de ani și să reacționezi, într-un anumit context, cu frica pe care ai avut-o la zece. Poți fi un adult competent, cu profesie, responsabilități și discernământ, iar o anumită replică să activeze pentru câteva clipe o versiune mult mai veche a ta. Asta nu înseamnă că ai regresat în mod misterios în timp, ci că memoria umană nu este organizată numai cronologic. Ea este organizată și prin asociere, emoție, semnificație și predicție.

Raluca: Și aici aș face o diferență foarte importantă, pentru că expresia „timpul vindecă" este folosită aproape automat. Eu nu cred că timpul vindecă în sine. Uneori timpul doar acoperă. Poți să nu te mai gândești zilnic la ceva și să crezi că ai depășit acel lucru. Apoi apare o

situație asemănătoare, un om care vorbește ca persoana respectivă sau o formă de respingere care seamănă cu cea veche, iar reacția devine disproporționată față de prezent. Atunci înțelegi că nu reacționezi numai la omul din fața ta.

Ana: Da. Reacționezi și la *arhiva* ta. Îmi place foarte mult termenul acesta, „arhivă", pentru că vine exact din domeniul meu. Un istoric nu are acces direct la trecut: nu intru într-o cameră și găsesc anul 1918 așezat intact pe un raft. Găsesc documente, fotografii, scrisori, jurnale, obiecte, statistici, mărturii, ruine și urme. Din aceste urme reconstruiesc ceea ce s-a întâmplat. Într-o anumită măsură, și mintea umană face ceva asemănător. Noi nu păstrăm trecutul ca pe un film perfect, depozitat undeva în creier și redat identic la fiecare accesare. Memoria este reconstructivă, și de fiecare dată când ne amintim ceva o facem din prezent. De aceea aceeași întâmplare poate căpăta alte nuanțe la 20, la 30 și la 50 de ani: nu pentru că faptele s-ar modifica, ci pentru că omul care le privește nu mai este același.

Raluca: Aici oamenii se pot speria puțin. Dacă spui că memoria este reconstructivă, poate suna ca și cum ai spune că nu te poți baza pe nimic din ceea ce îți amintești.

Ana: Și ar fi greșit să tragem concluzia aceasta: faptul că memoria nu funcționează precum o cameră video nu înseamnă că este lipsită de valoare, ci doar că trebuie să renunțăm la o reprezentare simplistă despre felul în care ne amintim. Când vine vorba de istorie avem aceeași

problemă: două persoane pot fi martore ale aceluiași eveniment și îl pot povesti foarte diferit, fără ca una dintre ele să mintă neapărat. Poziția din care au privit, nivelul de frică, informațiile pe care le aveau și lucrurile pe care le considerau importante schimbă mărturia. În antropologie întâlnim ceva asemănător: două comunități pot păstra amintirea aceluiași episod istoric în forme complet diferite. Una îl poate transforma într-un moment de glorie, iar cealaltă într-o traumă colectivă. Evenimentul este unul singur, dar locul lui în identitatea celor două grupuri este diferit.

Raluca: Așa apare o întrebare foarte interesantă: ce este mai real pentru psihicul uman, ceea ce s-a întâmplat sau ceea ce ai trăit tu din ceea ce s-a întâmplat?

Ana: Pentru un istoric, faptele trebuie cercetate cât mai riguros. Pentru un om însă contează enorm și sensul pe care acele fapte l-au dobândit. Doi copii pot crește în aceeași casă și pot spune două povești complet diferite despre copilăria lor. Nu este neapărat o contradicție, pot exista două sensibilități diferite, două poziții familiale diferite, două relații diferite cu aceiași părinți. Cronologia poate fi comună, dar experiența nu este niciodată perfect identică.

Raluca: Hai să mergem puțin spre fizică, pentru că titlul nostru spune: „Dacă timpul nu curge așa cum îl simțim…“, iar aici cred că trebuie să fim foarte atente. Există foarte mult conținut în care se spune că fizica cuantică ar fi demonstrat că timpul nu există, după care se trece

direct la ideea că trecutul și viitorul sunt simultane și că mintea ar putea modifica orice eveniment din trecut. Ce știm, de fapt?

Ana: În primul rând, trebuie să separăm fizica reală de metaforele pe care noi le construim pornind de la ea, pentru că una dintre cele mai mari nedreptăți pe care le putem face unei idei misterioase este să încercăm să îi fabricăm autoritate științifică acolo unde aceasta nu există. Fizica modernă ne-a obligat într-adevăr să renunțăm la imaginea simplă a unui timp absolut, identic pentru toți observatorii. În relativitatea lui Einstein, măsurarea timpului depinde de mișcare și de gravitație, ceea ce înseamnă că două ceasuri aflate în condiții diferite nu trebuie să înregistreze în mod necesar aceeași durată. Acesta este un lucru extraordinar, fiindcă intuiția noastră cotidiană ne spune exact contrariul. Pentru noi, o secundă pare să fie pur și simplu o secundă, indiferent unde ne aflăm. Totuși, faptul că timpul fizic este relativ nu înseamnă că gândurile noastre pot modifica liber un eveniment petrecut acum douăzeci de ani. Între aceste două afirmații există un salt logic enorm. Nici mecanica cuantică nu ne permite să concluzionăm simplist că „observatorul creează orice realitate dorește". În anumite experimente, felul în care un sistem este măsurat contează pentru rezultatul observat, dar observatorul din fizică nu este echivalent cu „mintea umană care manifestă orice dorește". Mi se pare important să spunem asta tocmai pentru că întrebarea despre timp este suficient de

fascinantă fără să o împodobim cu afirmații pe care știința nu le face.

Raluca: Adică nu trebuie să mințim despre fizică pentru a păstra misterul.

Ana: Exact, iar uneori misterul real este mult mai frumos decât pseudoexplicația. Faptul că nu există un „acum" universal simplu, comun întregului Univers, este deja amețitor. Dacă doi observatori se deplasează diferit, felul în care ei ordonează anumite evenimente foarte îndepărtate poate să nu fie identic. În filosofia fizicii apare chiar ideea numită uneori „univers bloc", în care trecutul, prezentul și viitorul sunt gândite ca părți ale unei structuri spațiu–timp, nu ca niște sertare care apar și dispar pe rând. Aceasta este o interpretare filosofică importantă, nu o dovadă că noi am putea călători conform voinței proprii, între momente. Dar simplul fapt că fizica ne obligă să punem sub semnul întrebării imaginea timpului ca râu universal, care curge identic pretutindeni, ar trebui să ne facă mai modești în fața propriilor noastre intuiții.

Arta a intuit lucrul acesta cu mult înainte ca omul obișnuit să citească despre relativitate. Într-un tablou, într-un roman sau într-o piesă muzicală, timpul nu se comportă niciodată exact precum ceasul. Un pictor poate așeza într-o singură imagine urmele mai multor momente. Un romancier poate petrece cincizeci de pagini într-o singură după-amiază și apoi poate traversa zece ani într-o propoziție. O melodie de trei minute poate conține pentru un

om o întreagă perioadă a vieții sale. Arta știe intuitiv că timpul măsurat și timpul trăit nu sunt același lucru.

Raluca: În medicină vezi diferența aceasta foarte clar. Eu pot să-i spun unui pacient: „Mai durează două minute", iar pentru mine, ca medic stomatolog, cele două minute sunt o unitate de timp foarte precisă. Pentru pacientul tensionat, care anticipează durerea și stă cu gura deschisă, aceleași două minute pot părea foarte lungi. Și aceeași procedură poate fi trăită diferit de doi oameni. Un pacient este relaxat și o traversează fără probleme, iar altul intră în cabinet cu o experiență neplăcută de acum cincisprezece ani. Eu încă nu am făcut nimic, dar organismul lui este deja în alertă.

Ana: Ceea ce demonstrează foarte bine că trecutul poate deveni o predicție despre prezent. Creierul nostru nu este construit numai pentru contemplarea adevărului, ci și pentru supraviețuire, iar supraviețuirea cere anticipare. Dacă o anumită situație a fost asociată cândva cu pericolul, sistemul nervos învață să recunoască elemente asemănătoare. Din perspectiva supraviețuirii, este mai eficient să declanșezi uneori o alarmă falsă decât să ratezi un pericol real. De aceea trecutul nu trebuie să „se întoarcă" printr-un mecanism misterios pentru a deveni din nou activ. Este suficient ca prezentul să semene suficient de mult cu ceva cunoscut.

Raluca: Și asta explică foarte mult și relațiile. Ai avut un partener care dispărea, revenea, promitea și apoi se retrăgea, iar după câțiva ani întâlnești un alt om care, într-o

anumită zi, întârzie trei ore să îți răspundă pentru că este ocupat. Organismul tău nu reacționează numai la cele trei ore de tăcere de astăzi, ci și la toate celelalte trei ore care, în trecut, anunțau ceva rău.

Ana: Exact, pentru că prezentul este rareori interpretat separat de încărcătura emoțională asociată fiecărui eveniment în parte. Îl citim prin ceea ce cunoaștem deja.

Aici începe, după mine, una dintre definițiile serioase ale vindecării: vindecarea nu înseamnă să ștergi trecutul, ci să reduci puterea lui de a interpreta automat prezentul în locul tău. Nu vreau să uit ce mi s-a întâmplat și nu vreau nici să mă prefac că nu a contat. Dar vreau să ajung într-un punct în care un om nou să nu fie condamnat pentru faptele unui om din trecut. Vreau ca amintirea trecutului să mă informeze, nu să mă conducă. Într-un fel, vindecarea seamănă cu restaurarea unui tablou vechi. Restauratorul nu pictează peste crăpături până când opera nu devine altceva și nici nu aruncă pânza pentru că a fost afectată de timp. El curăță ceea ce împiedică imaginea să fie văzută, consolidează ceea ce s-a deteriorat și păstrează istoria lucrării fără să lase deteriorarea să devină întreaga lucrare. Uneori, exact asta facem și noi cu propria biografie.

Raluca: Atunci ce vindecăm când spunem că „vindecăm trecutul“, dacă trecutul nu poate fi schimbat? Dacă cineva te-a părăsit, faptul rămâne. Dacă ai pierdut un om, pierderea există. Dacă ai fost umilită la școală, adultul care ești acum nu poate merge înapoi pentru a împiedica scena.

Ana: Nu vindecăm evenimentul, ci relația actuală cu evenimentul în sine. Trecutul factual este ireversibil, dar trecutul psihologic rămâne dinamic. Nu pot modifica ceea ce s-a petrecut, însă se poate modifica locul pe care acel eveniment îl ocupă în povestea mea despre mine. Să presupunem că cineva a fost părăsit la 20 de ani. La 21 poate spune: „M-a părăsit pentru că nu am fost suficient de bun". La 30 poate privi aceeași relație și poate înțelege că erau doi oameni foarte tineri, care nu știau încă să comunice sau care pur și simplu nu erau compatibili. La 40 poate ajunge la o interpretare și mai largă și poate vedea că despărțirea aceea a forțat-o să își construiască o viață pe care altfel nu ar fi avut curajul să o construiască. Evenimentul nu s-a schimbat, sensul lui s-a schimbat. Și când sensul se schimbă, se poate schimba și efectul evenimentului asupra identității. Ca istoric, pentru mine aceasta este o comparație aproape inevitabilă: nici societățile nu își interpretează trecutul o singură dată. Fiecare generație revine asupra anumitor episoade, pune alte întrebări, descoperă documente noi și observă lucruri pe care generația precedentă nu le considera relevante. Trecutul factual nu devine altul, dar lectura lui evoluează, la fel se întâmplă și cu biografia unui om.

Raluca: Deci putem fi, într-un fel, istoricii propriei vieți.

Ana: Da, dar un istoric bun nu intră în arhivă numai ca să găsească dovezi pentru ceea ce credea deja. Sau, cel puțin, nu ar trebui să o facă: își verifică ipoteza, caută