

ÎNDOIALA

Geoffrey Beattie, profesor universitar, psiholog, scriitor și jurnalist britanic, a absolvit psihologia la University of Birmingham și a obținut doctoratul la Trinity College (Cambridge). Predă în prezent psihologia la Edge Hill University și este Visiting Scholar la Oxford Centre for Life-Writing (OCLW) și la Wolfson College (Oxford). Este membru al British Psychological Society, Royal Society of Medicine și Royal Society of Arts. Cercetările sale se axează pe rolul proceselor implicite în luarea deciziilor și în comportament (comportamentul nonverbal în comunicarea multimodală, cogniția implicită în luarea deciziilor privitoare la discriminare și schimbările climatice), aplicarea tehnicilor psihologice în viața de zi cu zi, psihologia boxului și alergării, studii etnografice cu privire la viața clasei muncitoare în Marea Britanie etc.

Printre scrierile sale se numără: *Talk. An Analysis of Speech and Non-Verbal Behaviour in Conversation* (1983; încununată cu Spearman Medal oferită de British Psychological Society), *We Are the People. Journeys Through the Heart of Protestant Ulster* (1992) și *The Corner Boys* (1998) (ambele pe lista scurtă pentru Ewart-Biggs Literary Prize), *On the Ropes. Boxing as a Way of Life* (1996; pe lista scurtă a William Hill Sports Book of the Year), *Why Aren't We Saving the Planet. A Psychologist's Perspective* (2010), *Our Racist Heart. An Exploration of Unconscious Prejudice in Everyday Life* (2013), *Rethinking Body Language* (2016), *Trophy Hunting. A Psychological Perspective* (2019; pe lista scurtă a Taylor & Francis Outstanding Book și Digital Product Award), *The Psychology of Climate Change* (2019), *Selfless. A Psychologist's Journey through Identity and Social Class* (2020). Cărțile sale au fost traduse în chineză, portugheză, italiană, finlandeză și germană.

GEOFFREY BEATTIE

ÎNDOIALA

O EXPLORARE ÎN PSIHOLOGIE

Traducere din engleză și note
de Vlad Russo

HUMANITAS

Redactor: Mona Antohi
Coperta: Ioana Nedelcu
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu
Corector: Cristina Jelescu
DTP: Florina Vasiliu, Dan Dulgheru

Tipărit la Paper Print – Brăila

Geoffrey Beattie
Doubt. A Psychological Exploration
Copyright © 2023 Geoffrey Beattie
All rights reserved.
Authorised translation from the English language edition
published by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group

© HUMANITAS, 2025, pentru prezenta versiune în limba română

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
Beattie, Geoffrey
Îndoiala: o explorare în psihologie / Geoffrey Beattie;
trad. din engleză și note de Vlad Russo. – București: Humanitas, 2025
Conține bibliografie
ISBN 978-973-50-8700-5
I. Russo, Vlad (trad.; note)
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 online: www.libhumanitas.ro
Comenzi prin e-mail: vanzari@libhumanitas.ro
Comenzi telefonice: 0723 684 194

CUPRINS

Mulțumiri	7
1. Introducere	9
2. Singur cu îndoiala	35
3. Visul lui Jung	54
4. Sindromul impostorului	73
5. „Eu, Regele“	100
6. Primejdiile unei vieți fără îndoieli	129
7. Tratatamentul dur al îndoielii	147
8. Cum se fabrică îndoiala	177
9. Casa noastră e în flăcări	227
10. Concluzii	249
Bibliografie	257

MULȚUMIRI

Mulțumesc Universității Edge Hill pentru climatul de lucru agreabil și stimulator pe care-l creează, cu deosebire lui John Cater, George Talbot și Rod Nicolson. Premiul „Universitatea anului 2022” acordat de *Times/Sunday Times*, cea mai recentă distincție pe care a primit-o, va fi urmat, desigur, de multe alte premii. Este o universitate cu mare potențial. Sunt foarte fericit să lucrez în Departamentul de Psihologie, unde se cultivă un generos spirit academic al sprijinului reciproc, și unde am nenumărați colegi străluciți (o pomenesc aici pe cea care îmi este cea mai apropiată: Laura McGuire).

Înainte de a mă apuca de scris, am discutat despre conceptul de îndoială cu agentul meu literar, Robert Kirby, de la United Agents, beneficiind de simțul lui deosebit cu privire la ce se cuvine să urmărească o carte, și simt nevoia să-i mulțumesc pentru sprijinul pe care mi l-a acordat de-a lungul mai multor ani; îi mulțumesc de asemenea lui Eleanor Taylor, editoarea mea de la Routledge, cu care a fost o bucurie să lucrez.

Textul despre fumat era scris mai demult și l-am inclus în capitolul dedicat deprinderilor conflictuale din volumul *The Conflicted Mind*, publicat tot la Editura Routledge, căreia îi mulțumesc pentru permisiunea de a-l include în cartea de față.

1. INTRODUCERE

Natura și sensul îndoielii

Îndoiala este nesiguranța sau lipsa de încredere în ceva sau cineva, inclusiv în sine însuși. Ea este fundamentală în știință, justiție, etică, politică și filozofie, care implică, toate, dezvoltarea unor poziții contradictorii, complexe și adesea subtile, pentru a introduce, cerceta și evalua îndoiala în lumina dovezilor de care dispunem. Descartes s-a folosit de îndoială, de atitudinea sceptică față de adevărul propriilor credințe, ca de un instrument metodologic în investigațiile sale. Dar ea e fundamentală și pentru existența sinelui, putând reprezenta un mecanism de apărare sau de distragere, fiind rațională sau irațională, sistematică sau întâmplătoare, normală sau patologică. Tulburarea obsesiv-compulsivă e numită uneori o „maladie a îndoielii”. Potrivit lui Freud, nevroticii obsesionali „au nevoie în viață de nesiguranță sau îndoială” (Freud 1909/1996: 223). Ei sunt fixați în ambivalență, paralizați de două impulsuri instinctuale – iubire și ură – îndreptate către același obiect.

Într-o celebră scrisoare către Lou Andreas-Salomé, Freud reflecta la etiologia îndoielii ca simptom, așa cum apărea în faimosul său studiu despre „Omul cu șobolani”. Freud dăduse acest nume studiului de caz privitor la juristul Ernst Lanzer, care era bântuit de imagini cu șobolani ce apăreau involuntar și recurent în coșmarurile sale, după

ce auzise relatarea unui coleg, ofițer în armată, despre o metodă de tortură deosebit de crudă, aplicată, se spune, de chinezi prizonierilor. Metoda consta în a închide un șobolan într-un borcan, fixându-l de fundul prizonierului, astfel ca șobolanul, căutând să scape, să roadă anusul prizonierului. Imaginea se înfipsea adânc în mintea lui Lanzer, dând naștere gândului obsesiv că soția și tatăl său erau amândoi supuși acestui chin. Ipoteza lui Freud era că aceste gânduri obsesive înfricoșătoare își aveau originea în conflictul dintre impulsurile simultan iubitoare și agresive față de cei doi. Simptomele obsesionale arătau că pacientul evita să rezolve conflictul în cauză, ceea ce l-a făcut incapabil de-a lungul vieții să ia hotărâri dificile care presupuneau alegerea între poziții și direcții de acțiune alternative. Viața lui a ajuns astfel marcată de îndoială și nehotărâre. În privința originii psihologice a acestui fapt, Freud a emis ipoteza (caracteristică, trebuie spus) că simptomele se datorau experiențelor sexuale timpurii ale pacientului, îndeosebi pedepselor aspre pe care i le aplica în copilărie tatăl său, când îl prindea masturbându-se (v. și Mahony 1986). „Înclinația spre îndoială [...] este continuarea puternicelor tendințe ambivalente din faza pregenitală, iar de atunci ea se leagă de toate perechile de contrarii care apar“ (Freud și Andreas-Salomé 1966/1972: 77). Avem aici o poziție cu privire la natura și originea îndoielii, dar ea nu e neapărat susținută și de cele mai puternice dovezi.

Îndoiala este, pe de o parte, un instrument al gândirii raționale – în știință, justiție, filozofie sau în gândirea cotidiană –, și pe de altă parte, o problemă psihologică, poate chiar simptomul unei importante disfuncții psihice cu origini în stadiile timpurii ale dezvoltării psihosexuale (cel puțin potrivit unora). E limpede că îndoiala este un concept foarte larg, reprezentând un puternic impuls către acțiune, poate cel mai puternic, și deopotrivă un puternic inhibitor

al acțiunii. Ea poate fi un impuls pentru știință, pentru hotărârile juridice, pentru reflecția filozofică, un impuls către progres, schimbare, acțiune pozitivă, dar poate totodată să inhibe procesul decizional, să oprească schimbarea și să ducă la tergiversare, îngrijorare, superstiție și amânare. E un proces interior conștient („percepția nehotărârii“) și ca atare extrem de personal, închis în sinea noastră, un proces pe care adesea evităm să-l împărtășim altora, chiar și celor mai apropiați. Oare cum s-ar simți partenerul nostru de viață dacă ne-ar cunoaște îndoilele cu privire la relația pe care o avem? Sau invers – cum ne-am simți noi dacă le-am ști pe ale lui?

În timp, scriitorii, romancierii, biografii și istoricii par să fi avut tot atâtea de spus despre îndoială ca și psihologii, ba poate chiar mai multe (cu una sau două excepții notabile). Îndoiala reprezintă un nucleu al vieții noastre mentale, și ne bucurăm să-i putem surprinde structurile și rolul în literatură, să-i înțelegem complexitatea și devierile (cateodată). Așa cum am văzut, Freud socotea că îndoiala e un „simptom“, un semn al rezistenței, iar pentru psihanalist un indiciu al semnificației elementelor refutate legate de ea. Tot din perspectivă psihanalitică, Jung privea însă cu totul altfel îndoiala. În scrisorile sale, el spunea: „Îndoiala și nesiguranța sunt componente indispensabile ale unei vieți împlinite“ (Jung 1951/1976). În cartea de față, vom cerceta printre altele felul în care s-a înscris îndoiala în viața lui și de ce privit-o el așa cum a privit-o, fără a-i neglija, desigur, aspectele mai „nevrotice“.

Mulți psihologi ignoră îndoiala cu desăvârșire. Vorbesc mai curând despre percepția riscului (care e altceva), despre nesiguranță, anxietate, îngrijorare, aprehensiune, neîncredere, sindromul impostorului și teama de ratare, dar nu le leagă într-un discurs despre îndoiala însăși – acest nucleu al vieții noastre mentale. Și e păcat, fiindcă ea e o

parte importantă a experienței noastre cotidiene, o parte importantă a ființei noastre, pe care o întâlnim pretutindeni: în gândul neplăcut și săcâitor care ne chinuie când avem de ales o pereche de șosete (deși poate că asta mi se întâmplă numai mie), ca și în clipa de iluminare survenită în procesul mai îndelungat al unei îndoieli benefice, atunci când apare brusc o soluție, care în lipsa îndoielii conștiinței și reflexive poate că nici n-ar fi apărut; în plânsul copilului după mama lui (dedus din surpriza pe care o are când o vede, deși recunosc că e straniu să vorbești despre experiența îndoielii la un prunc care nu știe încă să vorbească), ca și în cazul lui Isus însuși, părăsit pe cruce și asaltat de îndoieli (deși încep să mă îndoiesc totuși că asta e un bun exemplu, fiindcă s-ar putea să-i jignească pe creștini). Iată deci cât de amplu e subiectul.

Aparent, îndoiala poate începe într-un anumit moment și într-un anumit mod, ocupând tot mai mult timp și pătrunzând tot mai adânc în arhitectura funcțională a creierului; ea trece de la o ușoară jenă la o tulburare majoră, și ajunge să ocupe intens gândirea, orientând-o către principală sursă sau țintă a îndoielii, până devine treptat parte a felului nostru de a privi lumea, deci parte a identității noastre individuale și sociale. Nu e necesar ca îndoiala să acționeze linear, începând cu nașterea simțământului și ducând în cele din urmă la cunoaștere și conștiință de sine. În cazul îndoielii, cunoașterea și sentimentul sunt strâns legate, fiecare putând căpăta preponderență. De asemenea, putem deveni adesea conștienți de îndoiala noastră, lucru important pentru felul în care ne privim pe noi înșine. Multe voci, atât din psihologie, cât și din afara ei, sugerează că rădăcinile îndoielii pot fi găsite de regulă în cele mai timpurii experiențe de socializare, chiar dacă nu neapărat în momentele critice ale dezvoltării psihosexuale (cum credea Freud), îndeosebi în interacțiunile și relațiile noastre cu părinții. Alții sugerează că îndoiala poate lua naștere din

nenumărate experiențe emoționale și din interacțiunile petrecute în cursul vieții. Așa cum vom vedea, mari gânditori, artiști și scriitori se situează de partea ambelor argumente, de aceea cea mai potrivită atitudine este să ne păstrăm mintea deschisă.

Știm astăzi că Franz Kafka a suferit de o formă extremă de neîncredere în sine și că a înțeles pe deplin sursa îndoielilor și neîncrederii sale. Autor al unor scrieri clasice precum *Metamorfoza*, *Procesul* și *Castelul*, privit de scriitori precum W.H. Auden, Vladimir Nabokov sau Gabriel García Márquez drept una dintre principalele figuri ale literaturii secolului XX, Kafka a fost paralizat de îndoială de-a lungul întregii sale vieți. În noiembrie 1919 i-a scris o scrisoare tatălui său, în care-i explica de ce, copil fiind încă, atunci când își lua examenele și chiar când primea premii pentru rezultatele la învățătură, se simțea întotdeauna ca „un funcționar care a săvârșit o fraudă la banca unde mai e încă angajat și care tremură la gândul că ar putea fi descoperit“ (*Kafka 1919/2011: 55; 2023: 71). Astăzi am numi acest sentiment „sindromul impostorului“. Kafka povestește cum se cufunda într-o adâncă neîncredere în sine, chinuit de gânduri, fantasme și vise. Fantasme nutrite încă de pe când era copil, cum că, după ce-și va lua examenele la școală, va fi inevitabil prins – descoperit de profesorii săi drept „cel mai incapabil și în orice caz cel mai ignorant dintre elevi“, și că va fi „de îndată scuipat afară, spre bucuria tuturor celor dreți, eliberați în sfârșit de tot coșmarul acesta“ (*Kafka 1919/2011: 54; 2023: 71). Fantasme și gânduri de care n-a scăpat niciodată.

* Numele autorilor precedate de un asterisc indică faptul că lucrarea citată este tradusă în românește, anul publicării ei și pagina unde se află citatul fiind indicate în paranteză după trimiterile la ediția engleză și își găsesc corespondentul între croșete la bibliografie (n. tr.; notele marcate cu asterisc aparțin traducătorului).

În lunga sa scrisoare acuzatoare, Kafka stabilește clar originea neîncrederii în sine: ea derivă, scrie el, din abuzul emoțional la care, copil fiind, a fost supus de tatăl său autoritar, Hermann, om ridicat prin propriile forțe, cu o „încredere nelimitată în părerile sale“, cum îl acuză Kafka. „Ca tată ai fost pentru mine prea puternic, mai ales că frații mei au murit de mici, surorile au venit abia mult mai târziu, încât eu a trebuit să port de la început singur toată povara, și pentru una ca asta eram mult prea slab“ (*Kafka 1919/2011: 9 – 10; 2023: 8–9). El amintește că dezaprobarea constantă a tatălui, „judecata minimalizatoare“, indiferența sa față de preocupările lui intelectuale și creatoare, amenințările, repudierea activității și lipsa iubirii au fost surse ale propriei sale neîncrederi, care l-a făcut incapabil până să și gândească cum trebuie – „era aproape cu neputință [...] să-mi depăn până la capăt și consecvent gândul“.

Era intimidat de tatăl său atât din punct de vedere fizic, cât și mental:

Îmi amintesc, de pildă, cum adesea ne dezbrăcam amândoi în aceeași cabină la ștrand. Eu, slăbănog, numai piele și os, firav; tu, puternic, mare, corpulent. Chiar și în cabină mă simțeam de-a dreptul jalnic, și nu numai față de tine, ci față de toată lumea, căci tu erai pentru mine măsura tuturor lucrurilor. (*Kafka 1919/2011: 15; 2023: 14 – 15)

Cât privește comportamentul tatălui său, Kafka scrie: „Mijloacele tale retorice cele mai eficiente, care în ce mă privește n-au dat niciodată greș, erau: insultele, amenințările, ironia, râsul răutăcios și – ciudat – mila față de tine însuși“ (*Kafka 1919/2011: 23; 2023: 26). Recunoaștem în relatarea acestor suferințe prototipul situației „kafkiene“:

Eu eram întotdeauna acoperit de rușine; sau îți ascultam poruncile, și atunci mă simțeam rușinat, căci ele

erau valabile numai pentru mine; sau mă încăpățânam să nu le dau ascultare, ceea ce era la fel de rușinos, căci cutezam să mă arăt încăpățânat față de tine; sau nu puteam să le dau ascultare, căci de pildă eu nu aveam forța ta, pofta ta de mâncare, îndemânarea ta, pe care tu cu toate acestea mi le pretindeai ca pe ceva de la sine înțeles, și asta era de fapt rușinea cea mai mare din toate. (*Kafka 1919/2011: 20; 2023: 21–22)

Avem aici de-a face, evident, cu un dublu imperativ (Bateson 1973) – situația insuportabilă în care orice răspuns ai da ești pedepsit. Nu e un dublu imperativ în sensul „clasic“, acela de mesaj venit pe două canale de comunicare contradictorii și simultane (obiectiv observabile), implicând de regulă canale verbale și nonverbale, în cazul căruia orice răspuns posibil e pedepsit; cum spune Bateson, „o a doua injoncțiune [de obicei comunicată prin mijloace nonverbale precum postura, gesturile sau tonul], în conflict cu prima la un nivel mai abstract, și întărită și ea de pedepse sau de semnale care pun în pericol viața“ (Bateson 2000: 207). E mai degrabă un dublu imperativ survenit în timp, implicând interpretarea unor comunicări multiple (implicând uneori doar afirmații contradictorii) și antrenând sentimentul că nu există răspuns rațional posibil (Beattie 2021) și că orice răspuns duce inevitabil la pedeapsă – în cazul de față, rușinea sau mai rău. În relația cu tatăl său, Kafka era ezitant, în sens literal și metaforic:

Am deprins de la tine – și tu, când e vorba de lucrurile care te interesează, ești un vorbitor excelent – un fel ezitant, bâlbâit de a mă exprima, și chiar și asta a fost prea mult pentru tine, așa că în cele din urmă am tăcut, la început poate doar ca un gest de sfidare, pe urmă pentru că nu mai puteam nici să gândesc, nici să vorbesc. (*Kafka 1919/2011: 22; 2023: 24)