

THE NEW YORK TIMES

Împotriva empatiei prezintă o reevaluare revigorantă, relevantă și, adesea, amuzantă a empatiei.

paul
bloom

Împotriva
empatiei



199

CUPRINS

Prolog	9
Capitolul 1 În pielea celuilalt	25
Capitolul 2 Anatomia empatiei	77
Capitolul 3 A face bine	115
Interludiu Politica și empatia	153
Capitolul 4 Intimitatea	173
Interludiu Empatia ca fundament al moralității	217
Capitolul 5 Violența și cruzimea	233
Capitolul 6 Vârsta rațiunii	279
Mulțumiri	317
Indice	323

PROLOG

Acum câțiva ani, într-o dimineață senină, fiind acasă și navigând pe Internet în încercarea de a mă sustrage de la muncă, am aflat despre masacrul din Newtown, statul Connecticut. Primele declarații sunau oribil, dar nu într-atât încât să mi se pară ieșite din comun: cineva fusese împușcat într-o școală și, treptat, au început să apară detaliile: am aflat cum, pe la 9:00, după ce și-a ucis mama, care dormea încă, Adam Lanza a pornit către Sandy Hook Elementary School, unde a împușcat 20 de copii și șase adulți, apoi s-a sinucis.

Ar fi multe de spus despre motivele care l-au determinat pe Lanza să săvârșească un act atât de oribil, numai că ceea ce mă interesează pe mine aici este reacția noastră, a celorlalți. Soția mea a vrut să mergem la școală ca să ne luăm copiii acasă, dar am rezistat acestui impuls, înțelegând inutilitatea gestului – copiii noștri erau adolescenți, nu elevi de școală primară. I-am înțeles însă dorința. Am urmărit videoclipuri cu părinții copiilor uciși alergând disperăți către locul crimei și mi-am imaginat cum trebuie să se fi simțit. Chiar și acum, când mă gândesc la asta, mi se strânge stomacul. Mai târziu, în aceeași după-amiază, eram într-o cafenea de lângă biroul meu, iar la masa de alături, cineva încerca să aline suferința unei femei ai cărei ochi se scaldau în lacrimi. Am auzit suficient încât să înțeleg că, deși nu cunoștea pe nimeni de la Sandy

Hook, plângea pentru că avea un copil de vârsta celor care muriseră.

Întotdeauna vor exista evenimente care să ne șocheze – de pildă, atentatele de la 11 septembrie sau alte asasinat în masă care acum fac parte, se pare, din existența noastră cotidiană. Dar pentru mine și pentru cei din jurul meu, crimele de la Sandy Hook erau ceva diferit. Au fost de-o sălbăticie ieșită din comun, au implicat copiii și s-au întâmplat nu departe de locul în care locuiam. Nu a existat aproape niciun cunoscut de-al meu care să nu aibă vreo legătură personală cu familiile din Newtown. Câteva zile mai târziu, am participat la un privesghi organizat la New Haven Green, unde fiul meu cel mare a plâns și apoi a purtat la mână, luni în șir, o banderolă în onoarea celor care muriseră acolo.

Mai târziu am văzut cum, la o conferință de presă, președintelui i s-a înecat vocea de emoție vorbind despre aceste crime și, deși devin cinic când vine vorba de politicieni, nu m-am îndoit nicio secundă de sinceritatea sa. M-a bucurat să-l văd atât de afectat.

Modul în care am reacționat la cele întâmplate, atunci, dar și mai târziu, a fost puternic influențat de empatie, adică de capacitatea noastră (pe care mulți o percep ca pe o calitate) de a vedea lumea prin ochii celorlalți, de a simți ce simt ceilalți. Nu e greu să înțelegem de ce atât de mulți consideră că singura problemă a empatiei este că, de cele mai multe ori, nu e destulă.

Aceasta era și opinia mea, pe care acum, însă, mi-am schimbat-o. Empatia are meritele ei; în artă, sport sau literatură, poate fi o sursă inestimabilă de plăcere sau una dintre fațetele indispensabile ale relațiilor personale. Câteodată, ne poate trezi dorința de a face bine. În

general, însă, empatia este un reper moral îndoielnic, care dă naștere unor judecăți eronate și care, de multe ori, legitimează cruzimea și indiferența. Ne poate conduce spre decizii politice injuste și iraționale și poate altera anumite raporturi importante dintre oameni – relația dintre doctor și pacient, de pildă – și, în egală măsură, ne poate face să devenim prieteni, părinți, soții și soți mai răi. Eu sunt împotriva empatiei, iar unul dintre scopurile acestei cărți este să vă conving să fiți și voi la fel.

Deși poate părea o atitudine radicală, veți vedea că nu este chiar așa. Această carte nu e una dintre acele bizare pledoarii în favoarea psihopatiei. Existența egoismului și a imoralității nu este un argument pentru cultivarea empatiei. Dimpotrivă. Dacă vrem să fim buni, atenți la ceilalți și dacă ne dorim o lume mai bună, atunci absența empatiei ne-ar avantaja mai mult.

Sau, spus cu mai multă precauție, ne-ar avantaja, dar numai într-un anumit sens. Sunt oameni care asociază empatia cu tot ceea ce e bine și o percep ca pe un sinonim al corectitudinii, bunătății și compasiunii. Sunt perfect de acord că multe dintre apelurile la a avea mai multă empatie pe care le fac oamenii exprimă pur și simplu convingerea că lucrurile ar sta mai bine dacă am fi mai buni unii cu alții.

În opinia altora, *empatia* este un mijloc prin care îi înțelegem pe ceilalți, pătrundem în mintea lor și aflăm ce gândesc. Sunt de acord și cu acest punct de vedere. Inteligența socială este un tip de inteligență ca oricare altul și poate fi folosită ca instrument pentru a acționa moral. Vom vedea totuși că acest tip de „empatie cognitivă“ este supraestimată ca forță capabilă să producă binele. În

fond, capacitatea de a descrie cu acuratețe dorințele și motivațiile celorlalți este apanajul psihopaților și poate fi folosită pentru a comite acte de cruzime și pentru a-i exploata pe ceilalți.

Sensul care mă preocupă cel mai mult aici se referă la capacitatea empatiei de a te face să simți ceea ce presupui că simt ceilalți, ajungând să trăiești aceleași stări. Acesta este sensul în care filozofii și psihologii întrebunțează termenul. Dar țin să precizez că nu trebuie să insistăm nici asupra acestei semnificații. Sunt de acord cu ambele variante, fie că preferați să le folosiți într-un sens mai larg, care să reflecte capacitatea noastră de a iubi, de a face bine și de a ne păsa de ceilalți, fie într-un sens mai strict, care vizează capacitatea noastră de a-i înțelege pe ceilalți. Pentru cei ca voi, *nu* sunt împotriva empatiei; caz în care ar trebui să priviți argumentele mele ca fiind relevante pentru un proces psihologic pe care mulți oameni – nu și voi – îl percep ca empatie. Sau puteți pur și simplu să faceți abstracție de sensurile specializate și să priviți această carte ca pe o discuție despre moralitate și psihologie morală, una care explorează ansamblul de factori care te fac să fii un om bun.

Idea pe care o voi examina aici este aceea că abilitatea noastră de a simți ceea ce presupunem că simt ceilalți, indiferent de cum alegem s-o numim, se deosebește de însușiri precum compasiunea, generozitatea și, mai ales, bunătatea. Din perspectivă morală, ar fi ideal dacă ne-am putea lipsi de ea.

Mulți consideră afirmația de mai sus ca fiind puțin plauzibilă. Empatia, în această accepțiune a termenului, este o capacitate despre care mulți cred că are o importanță vitală. Auzim de multe ori spunându-se că bogații nu fac

efortul să înțeleagă ce înseamnă să fii sărac și că, dacă ar încerca, ne-am bucura de mai multă echitate și dreptate socială. Ori de câte ori se trage asupra negrilor neînarmați, comentatorii de stânga susțin că polițiștii nu au suficientă empatie față de adolescenții negri, iar cei de dreapta susțin că, dimpotrivă, cei care critică poliția nu înțeleg ce înseamnă să fii polițist și să te confrunți cu situații dificile, periculoase și stresante. Se spune că albiu nu au suficientă empatie față de negri, la fel cum nici bărbații nu au față de femei. Mulți comentatori îi dau dreptate lui Barack Obama, potrivit căruia ciocnirile dintre Israel și Palestina vor înceta numai atunci când ambele părți „vor învăța să se pună una în locul celeilalte“. Peste câteva capitole vom face cunoștință cu un psiholog care e de părere că, dacă naziștii ar fi fost mai empatici, Holocaustul n-ar mai fi existat. Sunt mulți cei care cred că, dacă doctorii sau psihoterapeuții ar manifesta mai multă empatie, și-ar face mai bine treaba, iar anumiți politicieni n-ar mai susține politici injuste. Mulți sunt încredințați că, dacă oamenii din viața noastră ne-ar trata cu mai multă empatie – dacă ar putea intui cu adevărat ce trăim –, s-ar comporta mai bine față de noi.

După părerea mea, nimic din toate astea nu-i adevărat. Lipsa empatiei este rareori sursa problemelor cu care ne confruntăm ca societate și ca indivizi, fiecare în parte.

* Observații făcute de președintele Obama în discursul susținut în fața Adunării Generale a Națiunilor Unite, New York, 21 septembrie 2011. Extras din *Mark Memmott*, „Obama Urges Israel, Palestinians to «Stand in Each Other's Shoes»“, Two-Way Breaking News from NPR, 21 septembrie 2011, <http://www.npr.org/sections/thetwo-way/2011/09/21/140663207/live-blog-obama-addresses-un-general-assembly>. (N. a.)

Paradoxal, problema este că, de cele mai multe ori, empatia prisosește.

Aceste rânduri nu sunt doar un atac la adresa empatiei, intențiile mele sunt mai ambițioase de atât. Țin să pledez pentru importanța gândirii conștiente, deliberative în viața cotidiană, susținând ideea că trebuie să facem un efort pentru a ne folosi mintea, mai degrabă decât inima. O facem și-acum, destul de frecvent, dar ar fi cazul să ne străduim mai mult.

Acest punct de vedere este demodat – unii l-ar considera chiar incompetent sau naiv. Mulți dintre colegii mei susțin că cele mai importante dintre judecățile și acțiunile noastre au la bază procese neurologice inaccesibile la nivel conștient. Deși Sigmund Freud a fost cel care a propus o variantă convingătoare a acestei teorii, ea a fost însă reafirmată recent, uneori în mod categoric. Am și uitat de câte ori am auzit filozofi, critici sau intelectuali declarând că psihologii au dovedit că oamenii nu sunt ființe raționale.

Respingerea rațiunii se manifestă cu precădere în sfera moralei. Sunt mulți cei care cred acum că judecățile noastre despre bine și rău sunt rezultatul unor instincte primare precum empatia, furia, repulsia și iubirea, pe când reflecția și rațiunea sunt, în mare măsură, irelevante. Așa cum spune Frans de Waal^{*}, trăim în era empatiei, nu în cea a rațiunii.

Unii dintre noi putem avea senzația că opiniile privind avortul și pedeapsa cu moartea sunt rezultatul unui proces de deliberare riguros și că propriile noastre acțiuni morale,

* Frans de Waal, *The Age of Empathy: Nature's Lessons for a Kinder Society*, Broadway Books, New York, 2010. (N. a.)

ca, de pildă, decizia de a dona bani unei organizații caritabile sau de a vizita un prieten la spital ori, bunăoară, alegerea de a fura din magazine sau de a striga o înjurătură rasistă de la geamul unei mașini au la bază un proces decizional conștient. Greșit. După cum susține Jonahan Haidt*, noi nu suntem judecători, ci avocați, găsind justificări unor fapte care s-au comis deja. Rațiunea este impotentă. „Proslăvim rațiunea“^{***}, admite de Waal, „dar, când e vorba să o folosim, nu ni se mai pare atât de importantă.“

Anumiți oameni de știință continuă să ne asigure că natura emoțională a empatiei este un lucru bun. Moralitatea este acel gen de problemă cu care nu trebuie să ne batem capul. Mulți dintre eroii noștri morali, reali sau fictivi, nu sunt niște adepți înfocați ai rațiunii sau niște intelectuali elitiști care se ghidează exclusiv după principii etice. Ei sunt niște oameni ai sentimentelor. De la Huckleberry Finn până la Pip și Jack Bauer, de la Iisus la Gandhi și Martin Luther King Jr., cu toții sunt niște oameni ai emoțiilor. Rațiunea ni-i dăruiește pe Hannibal Lecter și Lex Luthor.

Nu consider însă că această perspectivă asupra gândirii și a moralității este una complet greșită. Cele mai multe judecăți morale nu sunt rezultatul unei reflecții conștiente.

* Jonathan Haidt, „The Emotional Dog and Its Rational Tail: A Social Intuitionist Approach to Moral Judgment“, în *Psychological Review*, vol. 108, 2001, pp. 814–834. Pentru o perspectivă recentă, consultați Jonathan Haidt, *The Righteous Mind: Why Good People Are Divided by Politics and Religion*, Vintage Books, New York, 2012. (N. a.) Vezi și Johnathan Haidt, *Mintea moralistă: De ce ne dezbină politica și religia?*, Humanitas, București, 2016. (N. red.)

** Frans de Waal, *Primates and Philosophers: How Morality Evolved*, Princeton University Press, Princeton, 2009. (N. red.)

De fapt, în ultima mea carte, *Just Babies*^{*}, am vorbit despre originile înțelegerii morale și am susținut că, deși nu obișnuiesc să reflecteze în mod conștient, până și bebelușii au un anumit grad de intuiție a binelui și răului. Există multiple dovezi conform cărora fundamentele gândirii morale au evoluat grație unui proces de selecție naturală. Nu noi suntem cei care le-am inventat.

La fel, este limpede că emoțiile joacă un rol extrem de puternic în viața noastră morală și că, uneori, acesta este un lucru bun. Nevoia de sentimente a fost apărută, pe rând, de Confucius și de alți intelectuali chinezi din acea perioadă, de filozofii iluminismului scoțian, fiind mai apoi susținută de lucrări contemporane în domeniile științelor cognitive și neuroștiințelor. De exemplu, s-a demonstrat în repetate rânduri că, atunci când sunt afectate regiunile creierului^{**} care controlează emoțiile, efectul poate fi devastator pentru viețile oamenilor. Studiile recente ale colegului meu^{***} David Rand arată că deciziile care se bazează pe instinct sunt adeseori mai generoase și dovedesc mai mult spirit cooperant. O deliberare mai lentă poate înrăutăți lucrurile.

* Paul Bloom, *Just Babies: The Origins of Good and Evil*, Crown Publishers, New York, 2013. (N. a.)

** Pentru o opinie clasică, consultați Antonio R. Damasio, *Descartes' Error*, Random House, New York, 2006. (N. a.) Vezi și Antonio R. Damasio, *Eroarea lui Descartes*, Humanitas, București, 2005. (N. red.)

*** De exemplu, David G. Rand, Joshua D. Greene și Martin A. Nowak, „Spontaneous Giving and Calculated Greed”, în *Nature*, vol. 489, 2012, pp. 427–430. (N. a.)

Cartea pe care o țineți în mână a fost scrisă pentru că, în opinia mea, latura noastră emoțională este supralicitată. Avem instincte, dar avem și capacitatea de a trece dincolo de ele, de a analiza anumite probleme, inclusiv pe cele de natură morală, și de a ajunge la concluzii care să ne surprindă chiar și pe noi înșine. Consider că acesta este nivelul la care se întâmplă lucrurile cele mai palpitate. Este ceea ce ne distinge ca oameni și ne dă posibilitatea de a fi mai buni unii cu alții, de a crea o lume cu mai puțină suferință și mai multă bunăstare și fericire.

Nu este nimic nefiresc în a acorda întâietate prietenilor și familiei. Nimeni nu se poate îndoi de faptul că-i preferăm pe cei apropiați străinilor. Influența filiației este ilustrată de expresia „sângele apă nu se face“, iar afinitatea pe bază de reciprocitate e redată într-o urare pe care am învățat-o în copilărie, de la una dintre rudele mele preferate:

„În cinstea tuturor *celor care ne vor binele!*

Pe ceilalți să-i ia dracul!“

Din perspectivă darwiniană, aceste afinități sunt inconștiente. Indivizii care-i preferă pe cei apropiați au un avantaj uriaș față de cei care rămân obiectivi. Dacă s-ar naște vreodată cineva care să prefere un străin unui prieten, un alt copil în locul propriei odrasle, cei care-i preferă pe cei apropiați i-ar sancționa pe cei obiectivi. Din acest motiv nu ne naștem egalitariști.

Aceste dorințe care trădează o mentalitate îngustă nu dispar niciodată și probabil că e firesc să fie așa. O să ajungem să vorbim și despre acest lucru; nu-mi dau seama însă ce-ar trebui să gândim despre o persoană ale cărei sentimente față de prieteni și familie nu se deosebesc în mod

Empatia ne motivează să fim mai buni. Empatia este resortul unei vieți altruiste. Empatia ne inspiră să dăruim, să ne punem în pielea celorlalți, să le simțim suferința. Stop! Ce ai zice dacă ai afla că, din contră, empatia nu face nimic din toate cele enumerate mai sus? Te intrigă, într-adevăr, *dacă-ți spune* cineva că, nu, nu e bine să empatizezi.

Totuși, *Împotriva empatiei* exact despre asta îți va vorbi – despre felul în care empatia este mai degrabă ceva negativ. Da, poate că vei fi tentat să te opui, însă Paul Bloom îți va dovedi că ipoteza pe care o propune cartea lui este cât se poate de validă. Îți va oferi argumente, dovezi și exemple care să te ajute să înțelegi de ce e bine să fii împotriva empatiei. De la scena politică la viața privată, de la războaiele mondiale până la relația deficitară cu frații, părinții sau copiii tăi, vei vedea că există numeroase situații în care, deși ai crezut că empatia este cea care face lumea mai bună, dimpotrivă, lucrurile stau invers.

Deschide cartea și ai răbdare, urmărește direcția arătată de autor, acceptă să mergi împreună cu el pe drumul pe care ți-l propune și vei înțelege astfel de ce empatia nu este resortul unei lumi mai bune, așa cum poate ai crezut mereu.