

## *TREI SCRISORI NEDESFĂCUTE –*

### POVESTIRE DE IRVIN D. YALOM

Emilia ALBU

#### *Abstract*

In the short story "Three Undisclosed Letters" Irvin D. Yalom, psychotherapist and contemporary novelist, describes the case of the patient Saul C., a high achieving neurobiologist, in a situation of extreme stress, because of three letters he receives at intervals of several days and does not have the courage to open them. The barrier of communication generated by the state of anxiety has devastating consequences for Saul's psychic, who expected Dr K.'s opinion, regarding the quality of a common research that he contributed to in the greatest extent. Being anxious, he has serious concerns about Dr K.'s verdict, living a terrible fear, continuously, all three letters remaining unopened. Because of the lack of confidence in himself, he has constant stress; during the treatment at the psychotherapist, Saul finds out that Dr.K. died, opens the letters and notices that the deceased had an exceptional opinion about him as a specialist and a person. This news makes him to be a normal human being again and calms him.

**Keywords:** Yalom, Saul, unopened letters, communication barriers, depression, anxiety

#### 1. Introducere

Irvin D. Yalom, unul dintre cei mai cunoscuți psihoterapeuți contemporani, este și un talentat romancier, ale cărui scrieri captivează atât prin stilul atractiv, cât și prin amestecul de realitate și ficțiune.

Cunoscut cititorilor români în special prin lucrările *Plânsul lui Nietzsche* și *Călăul dragostei*, scriitorul se impune prin subtilitatea mesajelor, prin metaforele folosite, „materia primă” a povestirilor fiind „durerea existențială”.

Acțiunea romanului *Plânsul lui Nietzsche* se petrece în perioada de mare efervescență intelectuală din Viena sfârșitului de secol XIX, în ajunul nașterii psihanalizei, iar cartea *Călăul dragostei* cuprinde poveștile de psihoterapie a zece pacienți, „care au apelat la psihoterapie și care pe parcursul acestui demers, s-au luptat cu durerea existențială.”

## 2. Barierele comunicării

Viața nu poate fi concepută în afara comunicării dintre grupuri de oameni sau indivizi. Comunicarea însă nu se realizează întotdeauna facil, există de multe ori factori perturbatori, de natură fizică, precum calitatea mai slabă a transmisiilor (condiții meteo, paraziți, bruiaje), zgomotele externe, care reprezintă elemente ce ne parvin din mediu și fac mesajul greu de înțeles, și zgomotele interne, cele care apar în mintea emițătorului, dar și a receptorului, atunci când aceștia se gândesc sau simt altceva decât elementele care se transmit direct în cadrul comunicării (de exemplu studentul care nu aude ceea ce spune profesorul, deoarece se gândește la persoana de care este îndrăgostit).

## 3. Studiu de caz (Povestirea *Trei scrisori nedescăcute*)

Este vorba de un episod petrecut în viața neurobiologului Saul C., specialist de înaltă ținută, pacient al doctorului Yalom, care se prezintă la acesta, într-o stare de accentuată agitație.

„...către prânz am ieșit puțin, am făcut o mică plimbare pe alee spre cutia poștală din drum, ca să-mi ridic corespondența... de obicei îmi citesc scrisorile în timp ce mănânc de prânz. Din nu știu ce motiv, nu-mi dau seama exact de ce, aveam presimțirea că nu va fi o zi obișnuită. Am ajuns la cutia poștală și...

Saul n-a putut să spună mai departe. Vocea i s-a găuit. A lăsat capul în jos și a încercat să-și vină în fire. Nici când nu-l văzusem într-o stare mai proastă. Avea o expresie nenorocită pe față, care-l făcea să pară mult mai bătrân decât cei șaiszeci și trei de ani pe care-i avea; ochii umflați și cu privirea rugătoare, de câine părăsit, îi erau roșii și injectați; pielea pătată îi lucea de sudoare.

După un răstimp, a încercat să continue:

- Printre plicurile din cutie am văzut... am văzut că venise ...și... nu mai pot, nu știu ce să fac...

În cele trei sau patru minute de când intrase la mine în cabinet, Saul reușise să-și inducă singur o stare de profundă agitație. A început să respire repede și întretăiat, trăgând scurt și sacadat furi de aer în piept... Dacă mai dura mult criza asta de hiperventilație, eram sigur că Saul va leșina!

Prima scrisoare primită de Saul, la domiciliul lui din California dintre cele trei descrise în povestirea lui Yalom, era într-un plic mare și cafeniu, cu aspect oficial din partea

Institutului de Cercetare Stockholm, din Suedia, la care Saul colaborase, pe baza unei distincții extrem de prețuită: o bursă de înalt nivel, în calitate de cercetător invitat. În Suedia, Saul a cunoscut o celebritate, pe renumitul dr. K., cu care a cooperat în cadrul unei cercetări și au făcut demersuri pentru publicarea studiului într-o revistă de specialitate.

În privința calității studiului, Saul, din păcate, avea serioase îndoieli, nefondate însă, el fiind un cercetător de mare valoare, dar neavând suficientă încredere în sine. Ca urmare a acestui fapt, Saul nu a avut curajul să desfășoare scrisoarea, temându-se de un refuz din partea dr. K., așa că „a pus-o bine” într-un sertar al biroului său.

Saul își continuă povestirea: „Cea de-a doua scrisoare a sosit opt zile mai târziu. Plicul era identic cu cel de la prima scrisoare. L-am pus și pe ăsta, tot nedesfăcut, peste primul, în același sertar de la birou. Dar n-am realizat nimic ascunzându-le. Nu mă puteam abține să nu mă gândesc la ele, și în același timp, nu puteam suporta să mă gândesc la ele! Of, tare-aș fi vrut să nu mă fi dus niciodată la Institutul Stockholm!”

Doctorul Yalom ascultă cu atenție ce îi spune mai departe Saul: „A treia scrisoare a venit la vreo zece zile după cea de a doua. Și a pus capac: mi-a năruit toate planurile, orice speranță de scăpare. Bănuiesc că mi-a năruit și ultima rămășiță de mândrie. La câteva minute după ce am primit-o, pusesem mâna pe telefon și vorbeam cu secretara ta.”

Saul solicita de urgență o consultație psihiatrică pentru stabilirea unui tratament prin psihoterapie. Din discuțiile purtate cu medicul curant, printre altele a mai rezultat că la Institutul de Cercetare Stockholm „condițiile erau extrem de generoase: un stipendiu în valoare de cinczeci de mii de dolari, nici un fel de obligații contractuale, și era liber să-și urmărească propriile interese de studiu și să decidă singur câtă muncă didactică sau de colaborare dorește să facă.”

Cu toate elementele favorabile de la Stockholm, situația în care se găsea Saul era gravă: anorexia, insomnia, gândurile morbide și suicidale care-l măcinau (avusese o tentativă serioasă de sinucidere în urmă cu cinci ani), faptul că era dispus să renunțe, din sentiment de culpabilitate, la cinczeci de mii de dolari, reprezentând contravaloarea bursei din Suedia, tensiunea arterială foarte mare, la care se adăuga situația familială nefericită, îi făceau existența insuportabilă.

În continuare Saul era blocat, cele trei scrisori zăceau în sertarul biroului, nedesfăcute. Se părea că atât pacientul, cât și medicul psihoterapeut se aflau pe un drum fără ieșire.

Când totul era aparent pierdut, Saul a primit un telefon de la un coleg și prieten, care îl ruga să verifice o cerere de bursă. În timpul conversației, prietenul întrebase dacă a auzit vestea despre dr. K. Precaut, Saul replicase că a fost imobilizat la pat în ultimele câteva

săptămâni și nu ținuse legătura cu nimeni. Colegul i-a spus atunci că dr. K. murise pe neașteptate, din cauza unei embolii pulmonare. Saul a reacționat prompt:”spune-mi doar când a murit!” Aflând data decesului, Saul a ajuns la concluzia că dr. K. murise înainte de apariția articolului său, așa că cele trei scrisori terorizante și-au pierdut brusc puterea, fiindcă era imposibil să conțină referiri negative cu privire la el. Ca urmare, a luat scrisorile din sertar și le-a deschis: prima scrisoare era din partea unui cercetător asociat al Institutului Stockholm, prin care îl ruga pe Saul să-i dea o recomandare scrisă pentru candidatura pe care o depusese la o universitate americană; cea de-a doua scrisoare conținea un simplu anunț privind decesul doctorului K. și programul ceremoniei funerare. Misiva le fusese trimisă prin poștă tuturor membrilor și colaboratorilor din prezent și din trecut ai Institutului de Cercetare Stockholm; cea de-a treia scrisoare era o scurtă notă din partea văduvei doctorului K., în care aceasta presupunea că Saul aflase deja de nefericitul eveniment. Dr. K. îi vorbise întotdeauna în termeni elogioși despre Saul și văduva era convinsă că ar fi vrut ca ea să-i trimită scrisoarea de mai jos, găsită neterminată pe biroul lui:

„Dragă domnule profesor C... mi-au lipsit teribil taifasurile noastre. Știm amândoi că demersul în care ne-am lansat împreună se poate să nu fi fost cel mai reușit, dar, pentru mine, lucrul cel mai important este că mi-a dat posibilitatea să te cunosc și personal, după treizeci de ani de când îți cunosc opera și ți-o respect.”

Efectul detensionant al scrisorii a fost „imediat și profund”. Deprimarea lui Saul și tot marasmul însoțitor au dispărut în scurt timp și el și-a revenit la condiția de normalitate.

**În concluzie**, studiul de caz prezentat ilustrează faptul că barierele de comunicare pot avea efecte, nu de puține ori, devastatoare asupra psihicului uman și a relațiilor cu ceilalți. Din fericire, toate sistemele de comunicare sunt perfectibile spre armonizarea trăirilor individuale și colective.

## BIBLOGRAFIE

1. Abric, J.C. (2002), *Psihologia comunicării, teorii și metode*, Ed. Polirom, Iași
2. Pânișoară I.O., (2006), *Continuarea eficientă*, Ediția a III-a, revăzută și adăugită, Ed. Polirom, Iași
3. Yalom, I.D., (1995), *Plândul lui Nietzsche*, Ed. Humanitas, București, Pöβneck GmbH
4. Yalom, I.D., (2008), *Călăul dragostei și alte povești de psihoterapie*, Ed. Trei, București, 2008