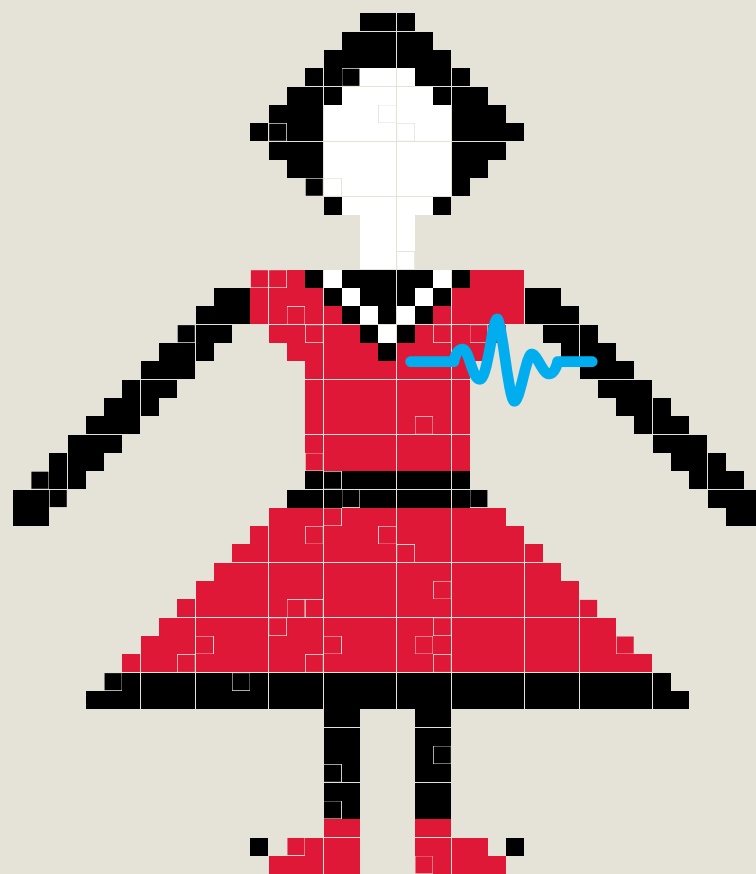
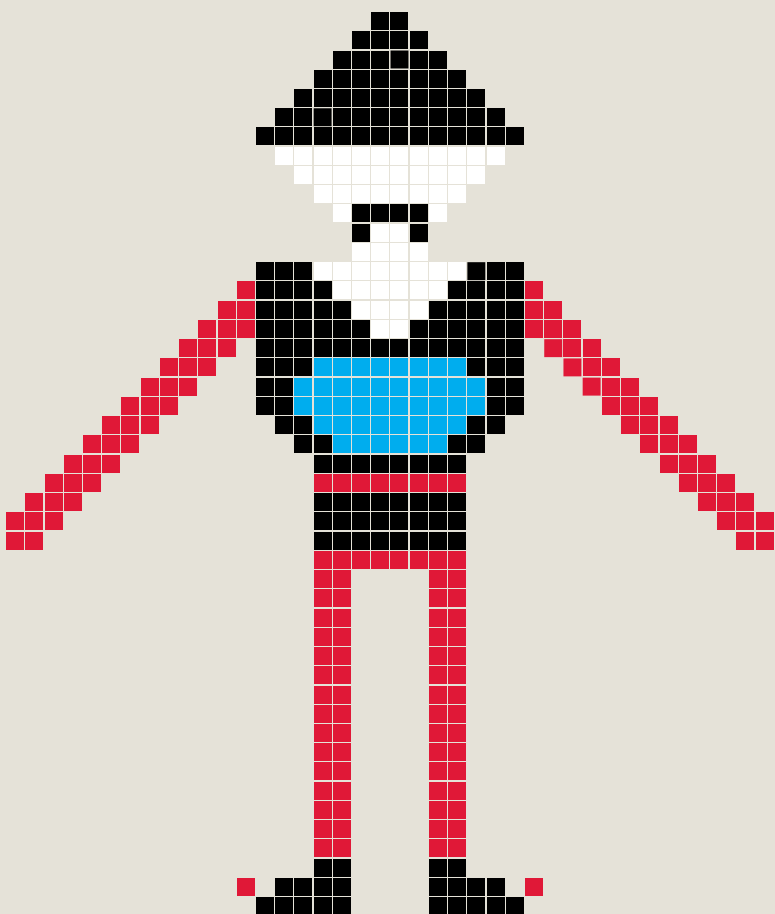




REGINA MARIA
REȚEAUA PRIVATĂ DE SĂNĂTATE

DORUL.

O investigație a singurei afecțiuni
transmisă la distanță.





REGINA MARIA
REȚEAUA PRIVATĂ DE SĂNĂTATE

Rațional

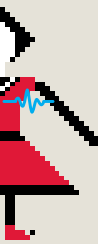
O explorare inițiată de REGINA MARIA în fenomenul rupturii cauzate de migrație, într-un context social interpretat din perspectiva efectelor medicale.

O cercetare a manifestărilor fizice determinate de despărțirea și depărtarea de cei dragi, de acasă și de familiar.

O investigare a simptomelor asociate cu momentele în care resimțim acut lipsa alor noștri.

În premieră, un demers de recunoaștere a dorului ca afecțiune cauzată de distanță.

Un studiu realizat în colaborare cu antropologul Alexandru Dincovici ce își propune să măsoare ceea ce în mod abstract numim “dor”. Ca să înțelegem mai bine relația dintre corp și social, relația dintre suferință și durere, relația dintre om și afecțiune, într-o lume care nu îi lasă în urmă pe niciunul. Și astfel, să le oferim pacienților noștri grija de care au nevoie și servicii mereu relevante.



Introducere

Dorul este un concept foarte abstract. Pare să se pleze pe un discurs mai degrabă referitor la identitate și semantică (fiind unul dintre cuvintele fără echivalent în alte limbi, după cum ni se spune tuturor în școală), și să corespundă în același timp și unui dualism cartezian, dorul fiind ceva mai degrabă nematerial, spiritual.



Este o dorință de a te reconecta la sursă. La sursa originală



Însă dorul e o trăire întrupată, e ceva care ne cuprinde toată ființa, și merită explorat și tratat ca atare. În plus, înțelegerea lui este foarte importantă pentru multe alte discuții care momentan sunt complet abstracte, statistice, economice. La migrație ne raportăm de obicei în cifre. Atâția oameni pleacă, atâția rămân, astea sunt remitențele, acesta este impactul economic. În același timp, dorul este profund uman, corporal, produce efecte pe scară largă, iar aceste efecte trebuie să fie studiate îndeaproape, definite și puse într-un context util.

Noi nu suntem indivizi separabili de tot restul lumii. Identitatea noastră nu este ceva stabil, pur psihologic și care se oprește acolo unde ni se termină corpul. Dimpotrivă, și aici e interesantă și abordarea cogniției extinse, pe parcursul vieții ajungem să incorporăm chiar în sistemul nostru cognitiv, spun unii cercetători, inclusiv obiecte, sau chiar oameni.

Dacă privim lumea prin intermediul unor astfel de concepte, migrația și plecarea oamenilor în străinătate, fie definitiv fie temporar, ne știrbește de fapt inclusiv identitatea. Ne rupe de anumite repere care ne dădeau stabilitate și ne făceau ceea ce suntem. Obiecte, locuințe, orașe, și evident oameni. Dorul apare din această ruptură, și pentru a-i gestiona efectele trebuie să ne recompuem viața, să ne adaptăm la schimbarea aceasta radicală.



Într-un anumit sens, dorul este și un fel de suferință romantică, dacă ne gândim la dorul față de persoane dragi. Cele mai intense povești din cercetare au fost, de fapt romantice. Dor față de iubit, față de soț de soție. Suferința romantică este însă și ea tot o experiență care amenință integritatea sinelui (Illouz 2015), locul către care duc de fapt toate cărările acestui proiect de cercetare.

Este firesc să fie mai greu de suportat pentru cei plecați decât pentru cei rămași, având în vedere că pentru a doua categorie ruptura e parțială, e doar o ruptură de una sau mai multe relații umane directe, dar o înțelegere a dorului ne poate oferi o înțelegere mult mai bună a societății actuale și a consecințelor pe termen scurt, mediu dar și lung al tuturor acestor mișcări masive ale populației.

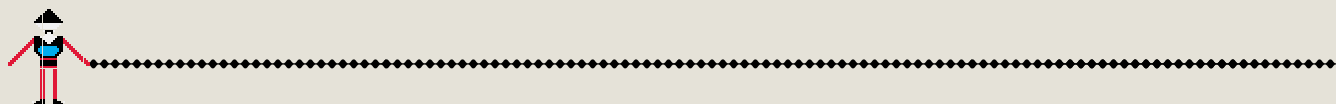
Principalul lucru pe care îl poate face un astfel de studiu este punerea problemei pe agenda publică. Și prin problemă nu mă refer la dor, ci la consecințele umane ale migrației, într-un domeniu dominat de un discurs abstract, statistic. Dorul apare la intersecția dintre mai multe discursuri. Despre fluxuri de capital, și implicit capitalism, despre migrație, sănătate și identitate.

Ne poate arăta limitele unor instituții sociale, sau dimpotrivă, efectele absenței lor în comunități în care astfel de rupturi au devenit norma. Până la urmă, privind de la nivelul societății, avem de a face cu numere impresionante de oameni care părăsesc țara. Iar aceste plecări sunt dificil de suportat și pentru ei, și pentru familiile lor ce rămân acasă, și au efecte pe care le vom resimți pe termen lung. Răspunderea, și pentru cei plecați și pentru cei rămași, e una pur individuală, și de abia atunci când apar evenimente radicale în urma acestor rupturi mai revine și subiectul în atenția lumii cu întrebarea 'ce e de făcut?'

Ne-am propus să demarăm un amplu demers de cercetare a dorului și a impactului pe care acesta îl are în viața celor din diasporă și al comunităților rămase în urmă.

E cu atât mai important să înțelegem ce se întâmplă în contextul de acum, în care sănătatea a devenit o preocupare esențială pentru toată lumea și în care relațiile s-au reconfigurat, uneori în mod radical.

Până la urmă, gestionarea sa, din toate punctele de vedere, a devenit esențială pentru stabilitatea acestor două lumi -diaspora și cei "lăsați în urmă", într-un context din ce în ce mai incert și precar.



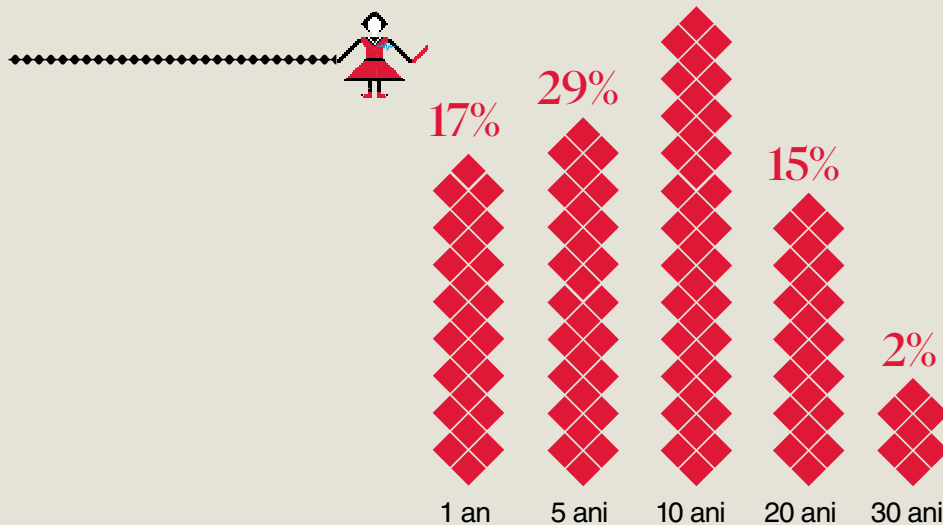
Notă metodologică

Am început studiul printr-un chestionar online, pe site-ul Regina Maria, lăsat liber pentru completare pe perioada mai multor luni. Până în acest moment, au răspuns întrebărilor 733 de persoane. Chestionarul a pornit de la câteva ipoteze de cercetare relevante pentru modul în care a fost gândită explorarea dorului.

A avut o singură întrebare deschisă, în care li se cerea respondenților să descrie dorul cu propriile lor cuvinte. În afară de aceea, au fost numai întrebări deschise, majoritatea cu scale.

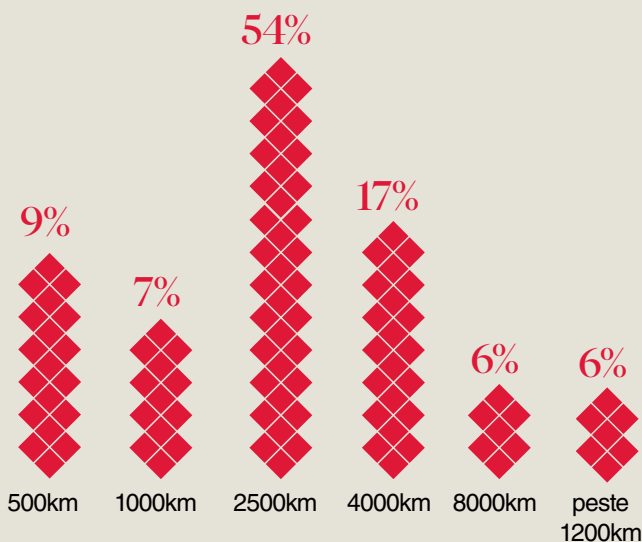
Primele întrebări au urmărit cartografierea respondenților, pentru a ne da seama ce fel de oameni au completat chestionarul. După cum se poate vedea mai jos, mai bine de jumătate dintre cei care au răspuns sunt plecați din țară de mai bine de 10 ani, însă am avut și respondenți care se află de peste 20 de ani dincolo de granițe. Aceasta a fost o întrebare de control, pentru a ne asigura că ne răspund oameni cu experiențe ale înstrăinării cât mai diverse.

De cât timp ești departe de cei dragi?



Din aceeași categorie se află și următoarea întrebare, pe care am adresat-o pentru a identifica și distanța geografică a respondenților față de țara de origine.

Cât de departe ești de familia ta sau cei dragi?



Observăm că cea mai mare parte a respondenților este plecată destul de aproape, în jurul a 2500 de kilometri, pe continentul european. Am avut însă și respondenți plecați la distanțe mult mai mari de casă, și chiar și mai aproape.

Alături de explorarea cantitativă, a avut loc pe parcursul studiului și o explorare cvasi-etnografică a dorului, care a constatat în identificarea mai multor cazuri de oameni plecați din țară, în configurații extrem de diferite, și explorarea alături de aceștia a noțiunii de dor și a experienței plecării și viețuirii într-un loc îndepărtat de casă.



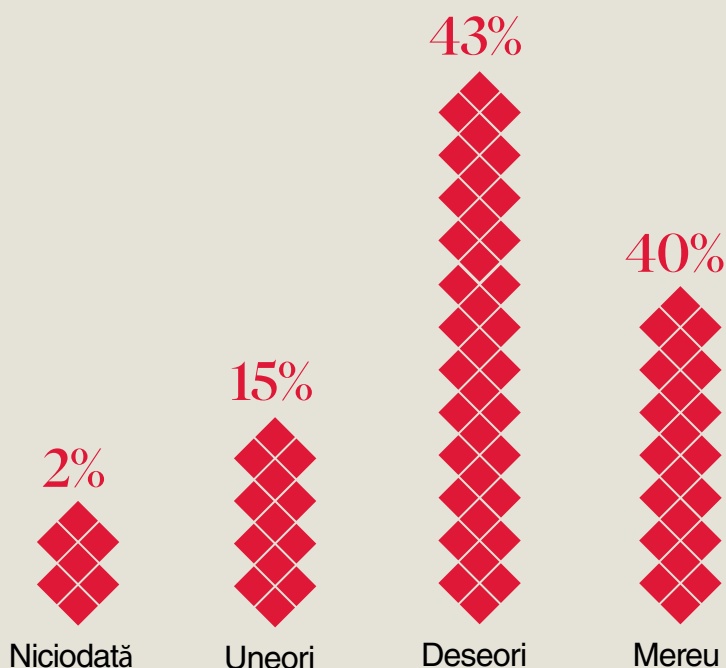
Ce spun oamenii despre dor

Cât de mult crezi că îți simt lipsa cei dragi?



Graficul de alături ne arată că, pentru marea majoritate a respondenților, dorul este un sentiment născut din intensitatea relației cu ceilalți. Distribuția răspunsurilor este însă mai degrabă un indicator al complexității relațiilor interumane în rândul celor plecați din țară, dar și al varietății situațiilor pe care le întâlnim în teren.

Dorul este resimțit diferit în funcție de calitatea și intensitatea relațiilor familiale ale celor plecați, însă și în funcție de modul în care se reconfigurează familia datorită plecării din țară. Cei care pleacă siguri, de obicei, și își lasă persoanele cele mai apropiate în urmă, creează și cele mai propice contexte pentru dor, și implicit situații dificil de suportat și de gestionat, atât pentru ei cât și pentru apropiați.



„Eu am rămas cu doi copilași acasă. 4 ani și 6. Soția plângea la telefon, îi era dor extraordinar, nu mai suporta. Noi făcusem sacrificii enorme să plece. A trecut un an. Pe ea a afectat-o foarte mult și pe mine la fel. De abia atunci am început să înțeleg ce înseamnă dorul de casă.” *Bogdan*

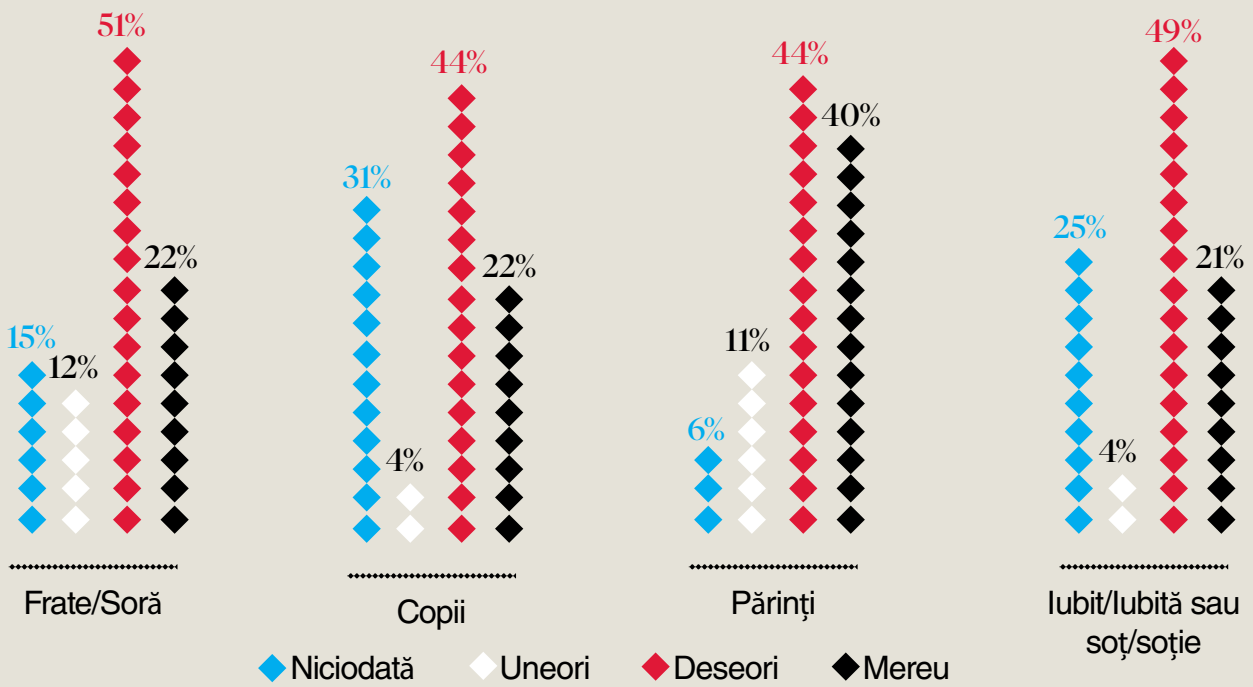


Dorul este mai intens și mai dificil de suportat și pentru tinerii singuri la părinți care pleacă la studii, însă mai ușor dacă mai au un frate sau soră care rămâne în urmă, cu părinții.

În mod aproape paradoxal, uneori dorul celorlalți poate duce chiar la o răcire a relațiilor familiale, mai ales dacă este manifestat în mod explicit și direct. Pentru cei plecați, fiecare interacțiune cu rudele rămase în urmă, cu atât mai mult dacă sunt din generații diferite (părinți sau bunici), devine în aceste situații și o (re)aducere a minții a suferinței provocate de ruptură, o reactivare a dorului. Interacțiunile axate pe scoaterea la iveală a acestor sentimente și senzații pot ajunge să fie evitate sau scurtate, și să ducă la o accentuare a rupturii între cei plecați și cei rămași în urmă.



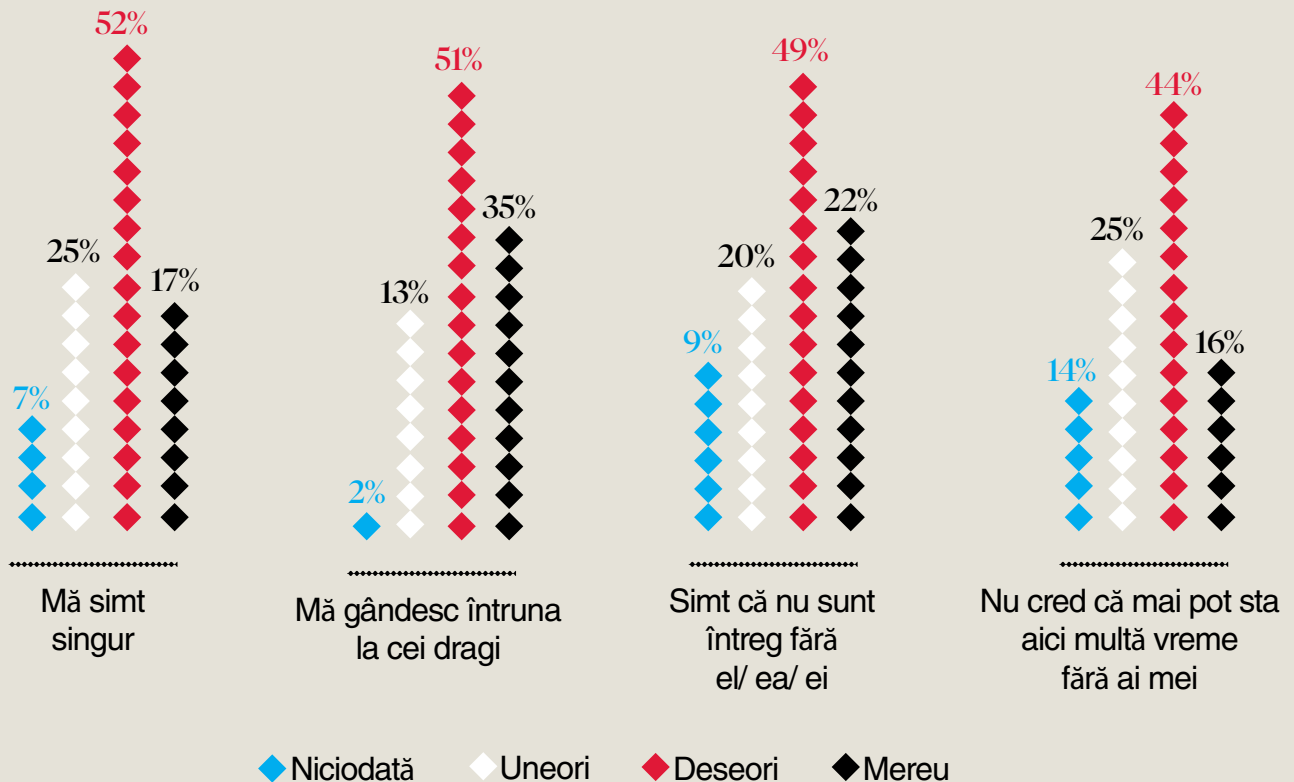
Cât de dor ți-a fost, în ultima lună, de:



Dorul este aproape o parte componentă a relațiilor sociale foarte apropiate, și apare de fiecare dată când acestea sunt întrerupte în mod radical.

Conform datelor de mai sus, **51%** dintre respondenți simt cel mai des lipsa fratelui/surorii.

În ce măsură ești de acord cu următoarele afirmații





„Te gândești la persoanele pe care le iubești și vrei să petreci un timp cu ele. Aș vrea să fiu mai aproape de sora mea și rudele mele. Nu vreau să le văd la 6 luni și deodată la 7 ani. Te atașezi de lucruri și vrei să fii cu ele. De familie sunt atașat și de prieteni. Când mi-e dor sun și vorbim.” *Ionuț*

51% dintre respondenți afirmă că dorul îi împiedică să lucreze așa cum ar trebui.

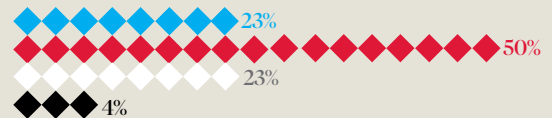
Dorul este suferință. Indiferent de relațiile sale, implicite sau explicite cu durerea fizică, indiferent de tipul de somatizare pe care îl induce, această senzație este aducătoare de suferință prin tipul de efecte pe care le provoacă și le vedem mai sus. Putem astfel să ne uităm din mai multe unghiuri la graficul de mai jos.

Dorul te:

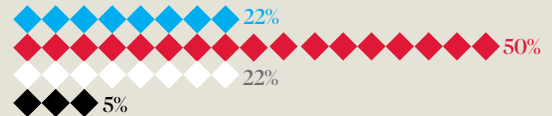
Împiedică să lucrezi așa cum ar trebui



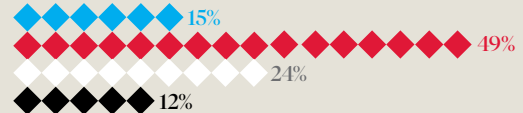
Face să te simți trist



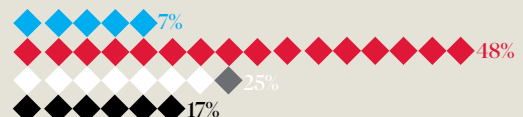
Face să te simți singur



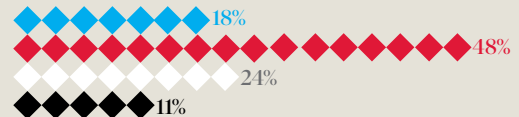
Împiedică să te bucuri de viață



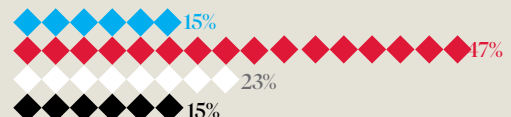
Împiedică să comunicii cu cei din jur



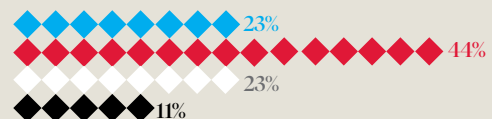
Face să te simți nemulțumit



Face să te simți nervos sau irascibil



Face să plângi



◆ Niciodată ◆ Uneori ◆ Deseori ◆ Mereu



Având în vedere ponderea foarte mare a respondenților care au ales varianta mereu la toate variantele de răspuns din grafic, observăm că dorul împărtășește, cel puțin până la un punct, efectele distructive la nivel social ale suferinței asociate cu durerea. În cartea sa, *The Body in Pain*, Elaine Scarry vorbește mult despre aceste efecte antisociale ale durerii, toate pornind din incapacitatea sa de a fi exprimată prin intermediul limbajului.



„Îmi vine să iau primul avion spre casă, după care îmi dau seama că nu pot face asta și urmează câteva zile cu depresie și atacuri de panica” *Dragoș*



De altfel, aceasta a fost și una dintre provocările majore ale cercetării de față. Chiar dacă există un cuvânt în limba română pentru dor, care permite împărtășirea noțiunii, până la un punct, este foarte dificil să reprezinti conținutul fenomenologic al acestui concept folosind limbajul, motiv pentru care am apelat la efecte sociale și sugestii de somatizări, însă am și păstrat o întrebare deschisă pentru a le lăsa posibilitatea respondenților de a descrie cum recunosc ei dorul.



„Simt un gol imens în stomac, îi am pe cei dragi în mintea mea întotdeauna. În cursul zilei reușesc să înlătur gândurile datorită jobului. Dar seara când mă pregătesc de culcare este momentul când mi se frânge inima. Dorul de ei îmi străpunge sufletul” *Oana*



Durerea, potrivit lui Scarry dar și celor mai mulți antropologi care au studiat suferința asociată cu aceasta, îl închide în sine pe cel care suferă. De aceea se consideră că ea distruge lumi. Incapacitatea de a o comunica face ca durerea să distrugă de fapt limbajul, în instanțele cele mai puternice ea manifestându-se, de fapt, complet dezarticulat, prin strigăte și gemete. Dorul nu duce în general la intensități similare, însă are uneori drept efect tot micșorarea universului social al celui care suferă, după cum putem observa mai sus, fapte confirmate și prin discuțiile în profunzime.

15% dintre cei care au răspuns întrebărilor studiului au confirmat că dorul îi împiedică mereu să se bucure de viață, pe când senzația permanentă de tristețe sau de singurătate au fost confirmate de mai bine de **20%** dintre aceștia. Unele dintre descrieri sunt de-a dreptul tulburătoare și arată inclusiv o parte dintre efectele psihologice ale dorului.



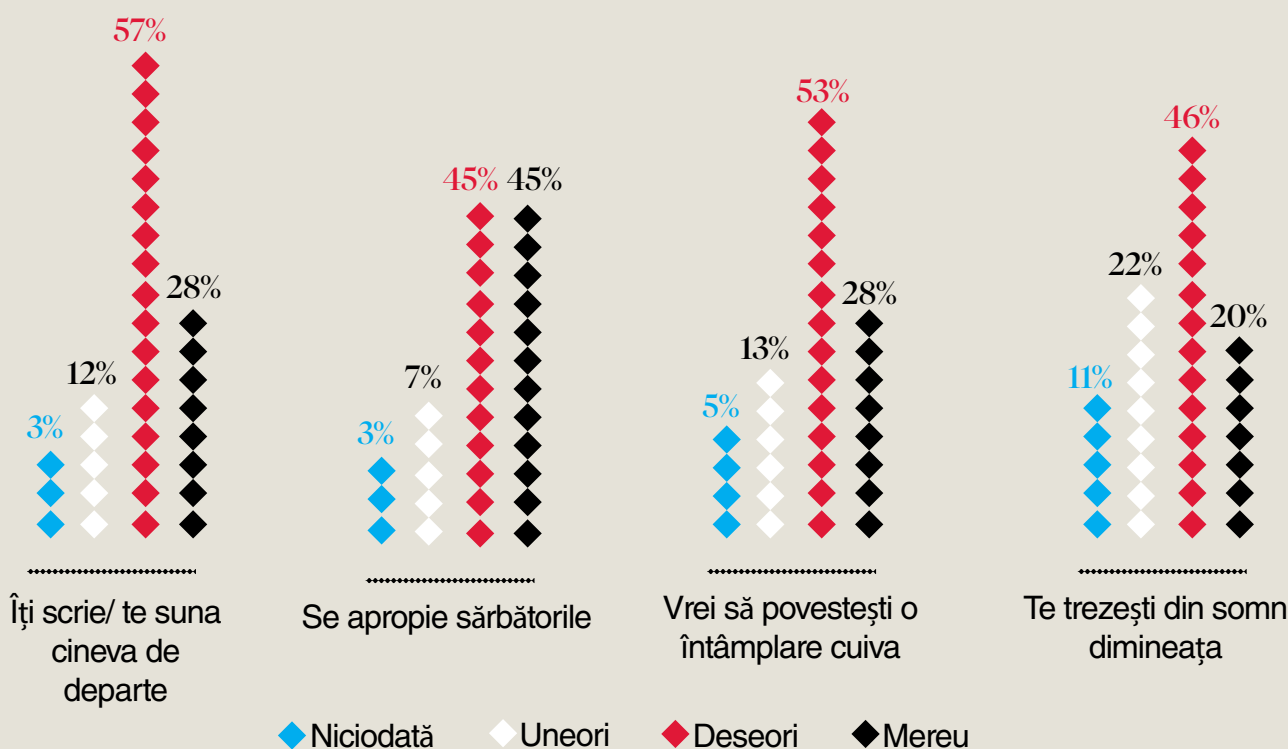


„Mă simt foarte rău, abandonată, uneori aș vrea să mor, pentru că mereu pic în depresie, și văd cât de mult suferă și copiii că tatăl lor i-a abandonat.” *Carmen*



Nu în ultimul rând, datele ne confirmă și ipoteza privind modul în care dorul este resimțit în timp. Acesta nu este, astfel, o constantă, ci se manifestă mai degrabă discret, cu intensități diferite și efecte diferite în momente diferite.

Ți se face dor atunci când:

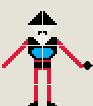


Dorul însă nu dispare niciodată.



„Dorul de țară nu apare chiar la început, ci vine după aceea. Nu dispare niciodată. Atâta timp cât ne-am născut în altă parte și trăim în alta, și am lăsat alte persoane dragi în urma e normal.

Tot timpul va exista. Se estompează prin vizitele pe care le facem. Te mai duci, stai o perioada și după aia te întorci, că ți se face dor de cealaltă țară și zici hai să mergem acasă.” *Bogdan*



Cu cât mediul în care pleacă oamenii e mai diferit decât cel de acasă, cu atât dorul e mai puternic, iar sentimentul înstrăinării mai mare. Românii care părăsesc granițele au astfel, de obicei, două tipuri mari de traiectorii, în funcție de circumstanțele plecării lor și de rețelele lor sociale.

Una dintre acestea duce la integrarea și rămânerea în comunități de români, chiar și în afara țării. Unii pleacă din prima în astfel de comunități, mai ales dacă au deja rude care au găsit un loc de muncă în altă țară și le pot oferi susținere până când se pun pe picioare. Alții ajung însă, în timp, să își construiască legături și propriile lor comunități, o modalitate de a menține o fărâmbă de familiaritate în altă țară. Acest lucru depinde, de multe ori, și de cât de bine se simt primiți în alte țări, dar și cât de departe sunt de casă, nu doar geografic ci și cultural sau social.

O alta este încercarea de integrare fie printre alți străini, cum se întâmplă pentru unii studenți, fie printre rezidenții țării în care pleacă. În ambele situații, însă, și în funcție de țară, experiența de a nu fi de-a locului nu este mereu cea mai prietenoasă.



„Nu mă simt acasă nicăieri. Mi-au trimis ai mei toată casa aici, dar chiar și acolo unde era un început de familie îmi era un pic greu. Dar chestia asta cu naționalitatea iese la iveală. Iar la mine a ieșit în momente din astea de conflict ‘tu cu țara ta, cu naționalitatea ta, nu înțelegi nimic.’ Toată complexitatea ta e redusă la buletinul tău de București.” *Olga*



Naționalitatea, identitatea diferită, ajung un mijloc de evidențiere, în sens negativ. Uneori ele sunt puse în scenă într-un imaginar metaforic al străinului în care românii sunt asociați, de exemplu, cu comunismul iar femeile cu un ideal tip est-european sexualizat, ale cărei consecințe sunt dificil de suportat.



„Toată viața ta pare o petrecere, dar la care tu ești doar plus unul cuiva. Toți mă privesc ca pe ceva exotic” *Irina*



În alte zone însă, dezvăluirea identitară poate naște reacții de respingere, aceasta grefându-se pe discursuri puternic naționaliste care duc la o integrare extrem de dificilă. De altfel, acest tip de interacțiune poate duce, în timp, la regândirea traiectoriei în țara de destinație și alăturarea la comunități de români în interiorul cărora dispare acest tip de discriminare, deși pot apărea și altele.

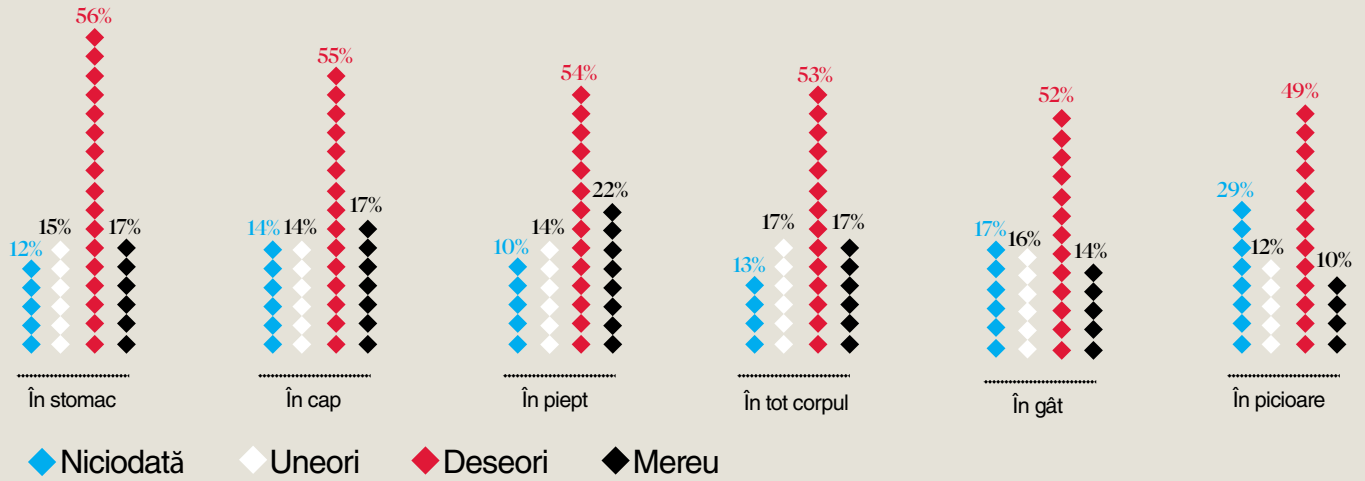


În situații de respingere de tipul celor menționate mai sus, sentimentul de non-apartenență este mult mai puternic, singurătatea se intensifică, iar dorul de familiar, chiar dacă orientat către trecut, devine și mai puternic.

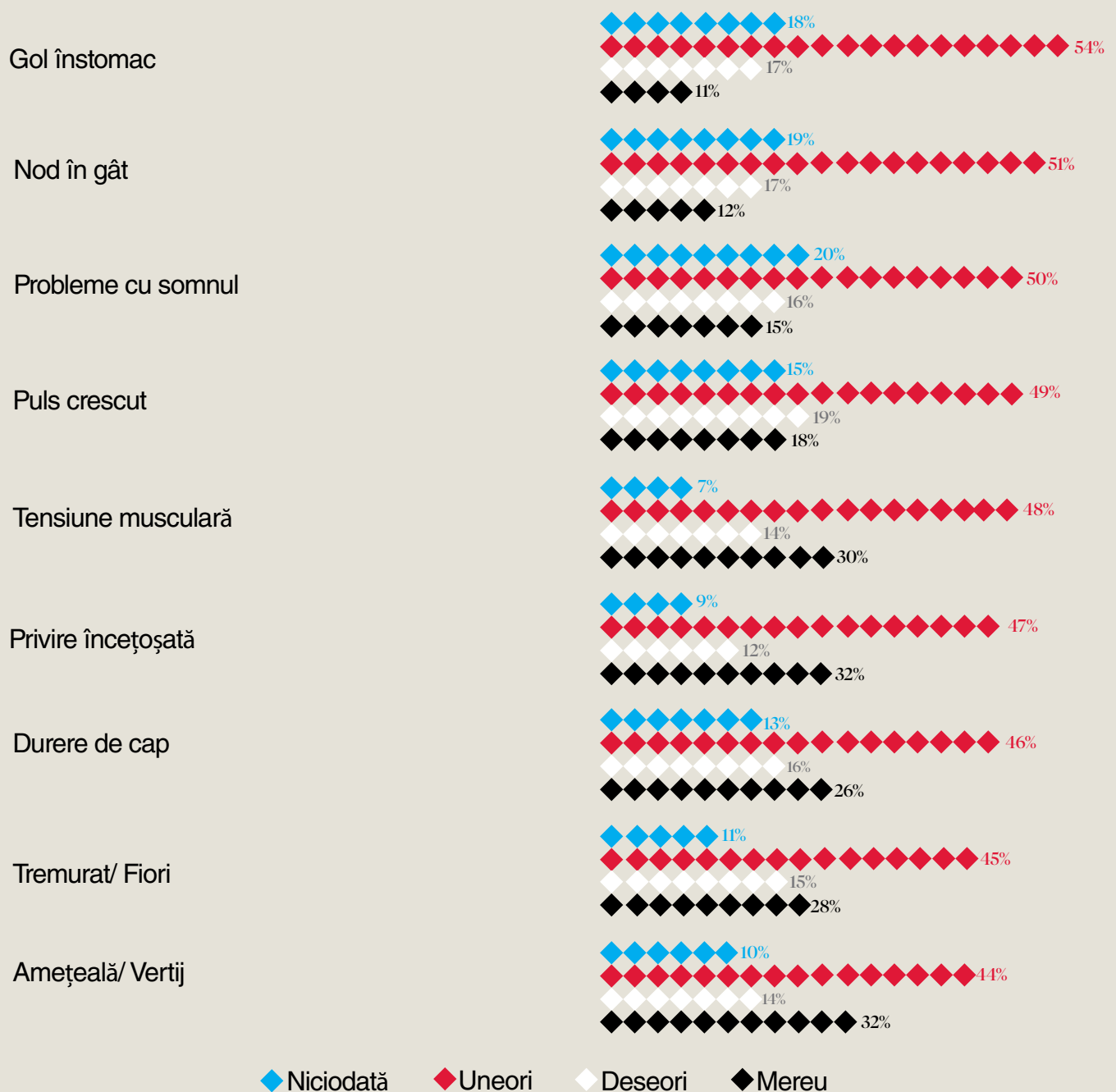
„Îți dai seama că îți reprezintă țara ta, dar fiecare zi e zi de jocuri olimpice și e multă presiune.” *Andrei*



Simți dorul:



Cât de des asociezi cu dorul următoarele senzații:





Durerea, suferința și dorul

Dincolo de a fi doar o problemă biologică, durerea este o experiență care afectează toate nivelurile posibile ale existenței noastre (Morris, 1993, p. 7). Iar această experiență, suferința, rămâne în afara înțelegerii noastre și a fost îndeosebi analizată în științele sociale prin intermediul poveștilor suferințelor, cu toate că acestea nu pot fi „spuse, ci doar trăite” (Frank, 1995, p. 98), un efort care a încercat să le reconstruiască experiențele, lumile locale (Kleinman, 1994) și dinamicile.


Relația dintre durere și suferință poate varia, existând, de exemplu, instanțe, în care pot exista independent unul față de celălalt. În general, durerea este cauzatoare de suferință și distrugătoare de lumi. După cum am menționat mai sus, ea este extrem de dificil de comunicat prin limbaj, iar dacă se manifestă și ca suferință, înțeleasă ca retragere a durerii în conștiință (Frank, 1995), ea micșorează universul persoanei în suferință și îi retează de multe ori contactul cu lumea din jur.

Uneori însă, durerea poate fi înțeleasă și trăită ca fiind pozitivă, creatoare și nu distrugătoare de lumi, și poate fi chiar împărtășită. Acest tip distinct de durere nu este unul întâmplător, ci experimental (Le Breton, 2003), căutat și adoptat, reîncadrat și, mai mult decât atât, controlat. Așa se întâmplă, de exemplu, în sport. Avem astfel, un soi de durere fără suferință, o durere cu sens.

Dorul, pe de altă parte, poate fi poziționat la cealaltă extremă, ca o suferință fără durere directă. Într-un fel, putem concepe atât geneza sa cât și consecințele sale în sens invers față de efectele și consecințele durerii. În boală, de exemplu, avem o cauză fiziologică, unul sau mai multe tipuri de durere care îi succedă, și o suferință trăită dificil sau imposibil de comunicat, după cum se întâmplă în cazul bolilor cu dureri cronice, și o micșorare sau comprimare a lumii trăite a suferindului. Acesta se regăsește în imposibilitatea de a comunica ceea ce simte, uneori în imposibilitatea de a înțelege sensul bolii sau al durerii, iar toată această retragere în conștiință îl îndepărtează, încetul cu încetul, de lume.



„Simt că nimic nu are sens.” *Mihai*



Dorul este o suferință cu sens, care apare în urma unei îndepărtări bruște de lumea trăită a persoanei în cauză, dar care poate distruge, ca orice suferință, sensul celorlalte lucruri din viață. Pornind de la metafora identitară pe care am menționat-o, o dislocare atât de radicală precum apare în cazul migrației, -în care toată viața cuiva se mută într-un loc complet nou sau străin, și cele mai multe, dacă nu toate reperele sale identitare dispar- provoacă o suferință, care la rândul ei duce uneori la somatizare și poate chiar favoriza apariția sau dezvoltarea unor dureri sau chiar boli. Această somatizare nu este însă un proces trasabil, măsurabil și unidirecțional, ci mai degrabă o consecință a modului în care suferința rupturii sau dislocării este trăită.



„Stare de moleșală, voia de nu a face nimic,
nepăsare a tot ceea ce este în jur, tristețe.” *Maria*

„Nostalgie, refuz tot, neliniște,
oboseală ce durează mai mult timp.” *George*



Uneori această retragere în conștiință este atât de extremă încât amplifică izolarea pe care o resimte individul, și duce la neglijarea unuia sau mai multor aspecte ale vieții sale, de la alimentație la relațiile cu ceilalți și chiar la muncă sau la grija față de sine.



„Ai mei sunt din ce în ce mai protectori acum, de exemplu. Și știu că
pentru ei a fost extrem de dureros. Tata s-a reapucat de fumat,
mama a avut niște probleme de sănătate, și plângea foarte des.
I-am văzut cum se comportă cu mine, cu mânuși, și m-am
învinovățit.” *Ana*



Variația modului în care este resimțit somatic dorul, la rândul ei, poate duce la o interpretare greșită a unor simptome ale bolii ca fiind simptome ale dorului, iar această confuzie, dacă nu este dusă la timp în câmpul medical clinic și investigată, poate favoriza apariția sau dezvoltarea unor simptome mult mai rapid decât în mod normal.

Din punct de vedere al interacțiunii cu sistemul medical, migrația complică accesul la sănătate al indivizilor, din mai multe motive. În primul rând, poate să apară o barieră de acces datorată lipsei cetățeniei sau asigurărilor medicale. În al doilea rând, și poate chiar la fel de important, există și o dublă barieră de limbaj care se naște datorită necunoașterii limbii. Prima barieră de limbaj este cea dintre limbajul medical, de specialitate, și pacient, o a doua fiind cunoașterea insuficientă a limbii țării de rezidență pentru a avea încredere într-o interacțiune cu sistemul medical. Dat fiind și dificultatea de comunicare universală a durerii și suferinței, o limbă străină poate pune foarte multe opreliști în calea îngrijirii.



„Nu am stat în spital cât nu am știut limba. Ca atunci când nu ai acte și
nu te înscrii la medicul de familie. Dar până la urmă găsești cale de
înțelegere. Ori ieși pe cineva cu tine care știe limba, ori te înțelegi prin
semne.” *Victor*



În cadrul interviurilor care au avut loc pe parcursul cercetării, dorul cel mai puternic a fost asociat cu plecări de lângă persoanele cele mai apropiate și mai dragi: părinții, pentru studenți care locuiseră cu ei toată viața și au plecat la studii, și soțul/soția sau copiii, pentru adulții plecați la muncă în străinătate. Putem spune că, acolo unde există iubire sau pasiune, dorul este mult mai puternic în momentul despărțirii. Istoric vorbind, acest tip de relație a existat și pentru boli mult mai celebre, precum tuberculoza sau cancerul, ale căror mituri și metafore le considerau în strânsă legătură. Unul dintre personajele din Muntele Vrăjit afirma, astfel, că orice boală nu este altceva decât iubire metamorfozată, iar tuberculoza era considerată la început ca fiind o consecință a unui exces de pasiune ce îi afecta pe cei incapabili de a o doza (Sontag 2014, p. 24). La rândul său, cancerul a fost considerat o boală a celor lipsiți de pasiune, însă aceste metafore au suferit, istoric, modificări radicale, rămânând însă în imaginar un anumit tip de relație între energiile vitale, gestionarea lor, și îmbolnăvire.

În esența sa, cel puțin în accepțiunea populară, dorul este un sentiment construit și trăit pe același tip de fundament și pe o relație similară cu energiile vitale.

Este ceva ce consumă persoana care simte, îi devorează energia vitală și îi comprimă întreaga existență. Cu cât apare ca urmare a unei rupturi mai brutale, și cu cât intervine pe fondul unor relații foarte apropiate și a unei dependențe mai mari de alte persoane sau a unei ancorări în cadre extrem de stabile, cu atât pare a fi trăit și mai intens și există riscul să aibă un impact serios în viața celor afectați.



De ce ne este dor?

Provenind dintr-o ruptură de proporții, de toate rețerele care ne stabilizau existența, dorul apare relațional în contexte care nu implică doar oameni, ci și obiecte, locuri și senzații. Împingând la extrem argumentul, putem face o paralelă cu dispariția unui membru și senzația de membru fantomă.



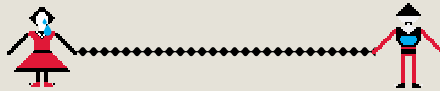
„În perioada pandemiei nu am mai reușit să ajung acasă timp de un an și jumătate. Am slăbit extraordinar de mult și aveam migrene foarte dese. Era ca la depresie, cum e la depresie numai că nu eram tristă. Povesteam anecdote despre cum era acasă. Era ca un picior sau ca o mână lipsă. Nu ai pe ce să te sprijini.” Florin



Dorul este astfel un dor de elemente fantomă, pe care nu ne mai putem sprijini, care nu ne mai sunt la îndemână, și care nu ne mai susțin existența și uneori nici cogniția, însă este vorba de elemente din acest context care sunt investite emoțional.



„Fetei i-am explicat că acasă e unde suntem toți trei. Când ne mutăm, ne mutăm cu toată mobila. Și oferă un confort mental foarte mare. Încerc să pun și tablourile în același fel, să ne fie mai ușor.” Alin



În exemplul de mai sus, vedem cum, pentru o familie de expați, care migrează dintr-o țară în alta în decurs de cel mult doi ani, mobila din casă a ajuns un element central care le oferă stabilitate și le mediază, cât de cât, senzația de dor, ușurându-le trecerea de la un mediu străin la altul și un minim de confort emoțional dar și existențial. Obiectele de mobilier devin astfel un reper pentru acasă, acești non-umani devenind ancore pentru mare parte a existenței lor, în continuă schimbare.

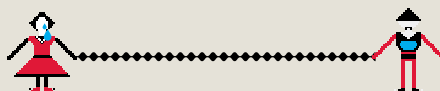


„M-am gândit că mă va ajuta să iau cât mai multe lucruri cu mine când plec, lucruri care mă vor ajuta să mă simt ca acasă. Am luat haine, așternuturi, poze...astea sunt lucrurile care îmi oferă confort aici.” Daria



Multă lume a povestit despre obiecte, lucruri sau chiar mâncăruri de acasă ca reprezentând o modalitate la îndemână pentru a compensa cât de cât senzația de dor, și a ancora experiența prezentă în ceva familiar, sau mai bine zis a aduce sinele în prezent, din relația cu memoria lucrurilor și oamenilor de acasă.

„La un moment dat reușeam să alin asta cu mâncăruri de acasă. Îi găteam prietenului meu din borcanele de acasă de la mama.” Ana



Rupturile sociale brutale pot avea consecințe extrem de serioase, mai ales asupra copiilor. Cu cât sunt mai riguroase și înstrăinarea mai mare, nu doar că putem vorbi de un dor mai intens, ci și de consecințe psihice și de dezvoltare extrem de severe. Acest tip de înstrăinare este, de exemplu, prezent în cadrul copiilor care ajung în internate, și a fost denumit în literatura de specialitate boarding school syndrome (Schaverien 2015). Chiar dacă internatul e o instituție socială cvasi-totală (Goffman 2004) efecte similare pot să apară și în cazul migranților, cu traiectorii diferite de înstrăinare.



„Aici nu am prieteni. Suntem foarte singuri, și nu prea ne-am integrat.” Alexandru





Dor și memorie – orientarea către trecut

Dorul apare întotdeauna în raport cu o situație idealizată din trecut. De aceea el este de multe ori înșelător, iar revenirea la starea dorită nu mai poate avea loc întotdeauna, ruptura rămânând iremediabilă.



„De îndată ce ești străin într-o țară străină, nu mai ești acasă
nicăieri. Ești mereu pe linia de plutire.” *Claudiu*



Din acest punct de vedere, impactul și efectele migrației asupra comunităților sunt de cele mai multe ori definitive, legăturile care se rup în momentul plecării nemaiputând fi nici reluate din același punct și nici continuate, fiind necesară în cazul cel mai fericit o reconfigurare a lor.



„Nu voi putea uita niciodată care îmi sunt rădăcinile. Locul de unde
am plecat rămâne veșnic în identitatea mea. Când vorbesc cu colegii
de acasă, pentru mine cel mai frumos loc din lume e Vasluiul. Și se
uită ciudat la mine. Cum Vasluiul, orașul ăsta prăpădit?” *Vlad*



Această situație este mai vizibilă în relatările celor care au plecat din țară temporar și nu s-au mutat cu familia sau în comunități de români. Mai ales dacă sunt mai tineri și dornici de explorare și de expunere la contexte și la medii noi, în momentul întoarcerii din țară au de multe ori de a face nu cu relațiile idealizate după care tânjeau, ci cu o lume pe care o consideră „rămasă în urmă” sau incompatibilă cu noul lor fel de a fi.



„Când ajungi înapoi, acasă la ai tăi, ajungi să nu îi mai suporti după
un timp. Eu am avut întotdeauna o mentalitate diferită, dar când te
întorci îți dai seama că ai alte valori dobândite aici.” *Liliana*





Din păcate, acest lucru duce la o deteriorare și mai mare a relațiilor familiale sau de amiciție, pe care mulți o acceptă cu greu, și care nu face decât să accentueze toate efectele negative ale dorului, ca într-un cerc vicios.

„Sunt plecată de la 19 ani și când m-am întors ai mei s-au comportat cu mine ca la 12 ani. Multă judecată și mai multe interdicții decât în liceu.” *Nadina*

Orientarea spre trecut nu trebuie să surprindă, suferința fiind mediată de imaginație, de imaginile și idealurile din care ne sunt constituite amintirile, așteptările și dorurile (Illouz, 2015, p. 28). Eva Illouz îl citează pe Schopenhauer, care afirmă despre suferință că ar proveni din faptul că trăim prin memorie și anticipare. Exact la intersecția dintre aceste două procese se și naște dorul, descrierea filosofului arătând, de fapt, cât de fragilă este existența noastră și cât de ușor poate da naștere unor trăiri neplăcute.

„La mine e legat de nostalgie. De melancolie. E legat de trecut. Memoria e selectivă. Despre România au rămas amintirile plăcute. Fiecare stradă din Vaslui îmi amintește de perioada liceului. Jucam fotbal, mă plimbam cu fetele pe acolo. Chestii din astea care îmi erau extraordinar de dragi. Când și când simt nevoia sa mai revăd locurile alea. Nu mai vorbesc evident de dorul de familie care a rămas în țară. Asta e și de prezent. Din fericire acum avem mijloacele astea de comunicare foarte bune și ne vedem, auzim în condiții foarte bune. Dar fără astea ar fi cumplit.” *Tudor*

Memoria, în cazul celor plecați, rănește de multe ori. Și atunci când este accesată prin intermediul unor artefacte și declanșează dorul, dar și atunci când este confruntată cu o realitate care nu mai reunește celelalte elemente plăcute imortalizate de memorie.



„Câteodată mă torturez singură și mă uit prin pozele vechi. E ca o apăsare în suflet. Te doare, te apasă. De abia atunci îți dai seama cât timp a trecut, și că nu mai ai 17, 18 ani.” *Ramona*

„Privesc fotografiile, le pup și încep să plâng, noapte de noapte!” *Elena*





Dor și grijă

Dorul are, drept consecință, și o grijă aproape permanentă de cei dragi, care sunt departe. Au vorbit despre această temă atât tineri plecați departe de casă și aflați în relații foarte reci cu familia, cât și oameni în vârstă, plecați de mulți ani, care și-au lăsat o parte din familie în țară.

„Sentimental mă gândeam că am lăsat părinții în țară, au o vârstă, vor muri și nu i-am îngrijit. Eu fiind aproape de locul în care m-am născut, eram la țară în fiecare săptămână în weekend. Mergeam și eram împreună.” *Alexandru*



Ruperea relațiilor, chiar dacă în primul rând datorată distanței geografice, duce și la o pierdere a controlului asupra a ceea ce se întâmplă în viața celorlalți. De multe ori, ea este asociată și cu teamă, și în anumite situații cu regrete. Teamă este însă manifestată mai ales la adresa celorlalți. Teamă că li se poate întâmpla ceva, și că nu îi poți ajuta măcar cu prezența ta fizică.

„Dorul doare fizic, tremur la gândul că li se poate întâmpla ceva grav celor dragi.” *Gabi*

Din acest motiv, multe relatări ale conversațiilor cu cei dragi par a se învârti în jurul noțiunii de a fi bine, un leitmotiv al relațiilor din familiile migrantilor. Limbajul este, aici, indicator al nevoii de a recâștiga o parte din controlul pierdut și implicit a mai liniști dorul, în lipsa altor mecanisme de supraveghere, sau chiar control, mai bune.

„Neputința de a fi lângă familie atunci când au nevoie.” *Iustin*

Cei aflați la distanță simt deseori responsabilitate față de destinul celorlalți membri ai familiei, cu care se află în relații apropiate. Iar un incident de sănătate, în acest context, aduce cu sine și culpabilizarea.

„Părinții mei s-au stins după ce eu am plecat de acasă. Aici am remușcări. Îmi reproșez că nu am stat destul cu ei. Îmi reproșez că nu am fost acolo să o duc mereu la spital, să previn boala. Asta îmi lipsește.” *Olga*





Cum recunoaștem dorul?

Am primit atât de multe descrieri ale dorului, pe parcursul cercetării, încât devine aproape imposibil de distilat totul într-o definiție unică. Dorul este resimțit diferit de fiecare persoană în parte. Pentru unii, senzațiile sunt o somatizare a lipsei pe care dorul o reprezintă, și experiența sa ajunge un gol în stomac. Pentru alții, este o sufocare, poate doar o altă metaforă pentru senzația pe care o ai atunci când totul e nou și ești copleșit.

În alte cazuri este o tristețe, dar poate fi și o nostalgie. Un nod în gât sau un nod în piept, melancolie sau lacrimi, neliniște sau nervozitate. Uneori vin toate laolaltă, alteori pe rând. Ce este clar, însă, e că dorul reprezintă o suferință. Care, deși are sens, pentru că îi poate fi identificată și atribuită cauza, poate fi la fel de distrugătoare de sens ca orice altă durere provocatoare de suferință.

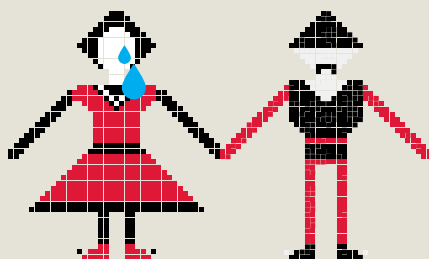
Dorul, atunci când apare, tinde să copleșească persoana pe care o vizează. Iar această copleșire e de fapt o închidere în sine, și de ceilalți și de tot ceea ce ne înconjoară. Duce uneori la o neglijare a propriei persoane, și poate provoca, indirect, mai multe tipuri de afecțiuni.

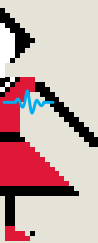
Mecanismele sunt relativ simple. Închiderea în sine și varietatea de simptome resimțite atât de puternic în unele cazuri ne pot face imuni în fața unor reacții de îngrijire pe care le-am avea în orice alt context. Simptomele unor afecțiuni serioase pot fi confundate cu cele ale dorului, sau cele ale dorului pot deveni, în timp, simptome ale unor afecțiuni serioase.

Din punct de vedere psihologic, mai multă lume a menționat asocieri între dor, depresie și anxietate. La fel ca în cazul somatizării, este dificil de trasat o direcție clară sau de stabilit un soi de relație de cauzalitate. Dorul și efectele sale trăite, indiferent de manifestarea lor, se pot potența reciproc și transforma în ceva de o cu totul altă natură.



„Un gol care te aduce în fața oglinzii, singur și trist, melancolic totodată. Doare fizic dorul.” Radu





Epilog

Și totuși, ce este dorul? Și de ce apare el și ne lovește? Dorul este un simptom al unui sine știrbit de o dislocare spațială și temporală severă. Un efect indezirabil al unui anumit tip de mobilitate contemporană, asociată îndeosebi cu migrația. În căutarea unei lumi mai bune decât cea în care s-au născut, au copilărit sau au crescut, mulți oameni părăsesc locurile de baștină și își caută norocul în alte colțuri ale lumii. Unii o fac în alte colțuri ale țării, însă ruptura este mai mică și mai ușor de suportat pentru ei, întrucât schimbarea este mai puțin radicală.

Pentru cei care pleacă pe alte meleaguri, sinele rămâne fără o mare parte din reperele identitare din mediul în care trăiau. De la locuri, străzi, clădiri și obiecte la oameni și relații, toată această rețea de umani și non umani care le ancora existența dispare, și trebuie reconstruită într-un mediu uneori complet străin. Ruptura îi afectează și pentru cei rămași, de obicei în mai mică măsură, cu unele excepții. Unele relații interumane sunt mult mai încărcate emoțional decât altele, iar în cazul acestora o distanțare subită este mult mai distructivă. Plecarea părinților de lângă copii sau a partenerului de viață duce la un dor foarte dificil de suportat acolo unde existau relații stabile.

Ar mai fi spus trei lucruri importante despre dor. Primul este orientarea sa către un punct fix în trecut. O relație ideală, o amintire sau un alt tip de reprezentare fixă a unui ceva pierdut și ancorat în memorie. Din acest motiv, în multe situații dorul nu mai dispare niciodată iar falia dintre cei plecați și cei rămași continuă să se adâncească și după reîntregirea geografică. Traseele diferite și contextele diferite de viață își pun amprenta asupra ambelor părți și apar din ce în ce mai multe incompatibilități între ele. Practic, migrația în masă destructurează comunități și strică anumite relații pentru totdeauna, cel puțin în lipsa unor mecanisme care să păstreze o anumită continuitate și să le stabilizeze.

Al doilea ar fi grija pe care o aduce dorul, în urma pierderii controlului asupra vieții celor apropiați pe care o provoacă plecarea de lângă ei. Dorul este menținut la cote acceptabile de gândul că ceilalți sunt bine, dar simplele conversații nu constituie mecanisme de control suficient de bune pentru niciuna dintre părți. Neliniștea din conversații se menține chiar și atunci când ele se desfășoară sub umbrela lui suntem bine.

Al treilea, și ultimul, este variația în intensitate a dorului, în timp și spațiu. Cu cât spațiul este mai familiar, cu atât pare și dorul mai suportabil. Și cu cât timpul trece mai mult, cu atât se estompează și dorul, pe măsură ce sinele își găsește alte repere stabile în noul univers. Nu dispare însă niciodată, ci revine periodic.

