

**HELEN FISHER**

# **Anatomia iubirii**

**O istorie naturală a  
relațiilor de dragoste  
și a destrămării lor**

Traducere din engleză de  
**Oana Badea**

**PSIHOLOGIA  
PENTRU  
TOȚI**



**TREI**

*PENTRU OAMENII CARE IUBESC,  
DE PRETUTINDENI*

*Și în memoria lui Ray Carroll*

## CUPRINS

|  |     |
|--|-----|
| Prolog: Pentru dragoste!.....  | 9   |
| 1. Joaca oamenilor.....  | 13  |
| 2. De ce el? De ce ea? .....   | 39  |
| 3. Este monogamia naturală? .....  | 73  |
| 4. De ce înșelăm? .....  | 96  |
| 5. Proiect pentru divorț.....  | 128 |
| 6. „Când slobod prin păduri nobilul sălbatic alerga“ .....   | 155 |
| 7. Coborârea din Eden .....  | 185 |
| 8. Tirania dragostei .....   | 216 |
| 9. Îmbrăcat pentru a impresiona.....   | 246 |
| 10. Bărbații și femeile sunt ca două picioare:<br>Au nevoie unul de celălalt pentru a avansa ..... | 278 |
| 11. Femeile, bărbații și puterea.....  | 308 |
| 12. Aproape om .....   | 333 |
| 13. Prima societate a abundenței .....   | 352 |

|  |     |
|--|-----|
| 14. Pasiune trecătoare .....                           | 380 |
| 15. Până când moartea ne va despărți.....              | 402 |
| 16. Sexul în viitor.....                               | 421 |
| <br>   |     |
| Anexa A: Scala Fisher pentru dragostea romantică ..... | 459 |
| Anexa B: Inventarul de temperament Fisher .....        | 469 |
| Anexa C: Graficele divorțurilor .....                  | 477 |
| Mulțumiri.....   | 485 |
| Note .....   | 487 |
| Bibliografie .....                                     | 559 |



## PROLOG

### PENTRU DRAGOSTE!

*Ziarist:* De ce scrieți numai despre relații?

*Nora Ephron:* Mai există și alte subiecte?

Călătoream de curând prin ținuturile muntoase din Noua Guinee, pe bancheta din spate a unei camionete, și stăteam de vorbă cu un bărbat care avea trei soții. L-am întrebat câte neveste și-ar dori să aibă. A urmat o pauză, timp în care și-a frecat bărbia cu mâna. M-am întrebat: Oare va spune cinci? Zece? Douăzeci și cinci de soții? S-a aplecat către mine și mi-a șoptit: Niciuna.

Suntem o specie care formează relații pe bază de perechi. Aproximativ 85% dintre culturi îi permit unui bărbat să aibă mai multe neveste, dar puțini bărbați își construiesc cu adevărat un harem. Bărbatul trebuie să aibă o mulțime de capre, vaci, pământ, bani și alte resurse impresionante pentru a convinge mai multe femei să împartă patul conjugal cu el. Chiar și așa, poate fi o mare durere de cap să ai mai multe soții. Acestea

se ceartă între ele; uneori, chiar își otrăvesc copiii una alteia. Noi suntem construiți pentru a ne crește copiii în echipe de câte doi — cu multe alte ajutoare în jurul cuibului.

Cartea de față reprezintă povestea acestei pasiuni umane monumentale: iubirea. Dar și a tuturor lucrurilor care derivă din strategia umană fundamentală de reproducere: felul în care facem curte; pe cine alegem; cum relaționăm; de ce unii comit adulter, iar alții divorțează; cum a evoluat instinctul de a iubi; de ce avem nevoie de adolescenți și rețele ample de rude pentru a ne crește copiii; de ce bărbații nu pot să semene mai mult cu femeile și invers; modul drastic în care s-au schimbat sexul și romantismul odată cu inventarea plugului; și, în ultimul capitol, o perspectivă nouă asupra sexului din viitor.

Când W.W. Norton mi-a cerut să fac o a doua ediție a acestei cărți, am acceptat cu bucurie, gândindu-mă că era un privilegiu și o sarcină ușoară. Durase zece ani să scriu prima versiune; am crezut că revizuirea îmi va lua zece zile. Apoi am citit cartea și mi-am dat repede seama că trebuia să o actualizez aproape pe toată.

Așadar, am adăugat acum o mulțime de informații și idei, inclusiv date obținute din cercetările neurocognitive despre dragoste, respingerea în dragoste și dragostea pe termen lung; noile mele date despre biologia personalității și motivul pentru care ne îndrăgostim de o persoană și nu de alta; informații noi despre adulter, dependența de dragoste, selecția sexuală și alegerea partenerului; cele mai noi statistici referitoare la tiparele de divorț de la nivel mondial; teoria mea despre dezvoltarea moralității pe parcursul vieții; ipoteza mea referitoare la obiceiurile moderne de a ieși la întâlniri — ceea ce numesc eu „dragostea lentă”; și o sumedenie de informații noi despre sexul din viitor, obținute în

colaborare cu Match.com<sup>1</sup>. De asemenea, am adăugat referințe pentru adăugirile mele (și am păstrat majoritatea bibliografiei originale) și două dintre chestionarele mele, ca anexe suplimentare.

Jurnalistul David Gergen m-a numit cândva „ultima optimistă din America“. Există numeroase motive de plâns, dar există și multe lucruri de sărbătorit — inclusiv instinctul uman inepuizabil de a iubi. Tehnologia schimbă modul în care facem curte. Dar nu poate schimba dragostea. Dragostea romantică și atașamentul izvorăsc din cele mai primitive regiuni ale creierului, alături de cele care guvernează setea și foamea. După cum spunea Platon, foarte corect, în *Simpozionul*: „Zeul dragostei trăiește într-o permanentă stare de necesitate“. Într-adevăr, iubirea este o nevoie, o dorință, un imbold de a încerca să câștigăm cel mai mare premiu din viața aceasta: un partener de cuplu. Suntem născuți pentru a iubi. Dacă vom supraviețui ca specie, ne vom îndrăgosti și vom forma relații de cuplu și peste un milion de ani.

Cartea mea trasează traiectoria acestei pasiuni umane indestructibile. Și se încheie într-o manieră pozitivă. Eu cred cu tărie că, dacă a existat vreodată în evoluția umană o perioadă în care oamenii au avut ocazia de a încheia parteneriate de succes, această perioadă este prezentul.

Pentru dragoste,  
*Helen Fisher*

# 1

## JOACA OAMENILOR

### CURTAREA

„Mișcate de forța iubirii,  
fragmentele de lume se caută unul pe celălalt  
pentru ca lumea să poată fi.“

— PIERRE TEILHARD DE CHARDIN

Într-o poveste apocrifă, un coleg s-a întors cândva către marele genetician britanic J.B.S. Haldane și i-a spus: „Domnule Haldane, știind ceea ce știți despre natură, ce îmi puteți spune despre Dumnezeu?“ Haldane i-a răspuns: „Are o preferință exagerată pentru gândaci“. Într-adevăr, în lume există peste 300 000 de specii de gândaci.

Aș adăuga că „Dumnezeu“ adoră jocul de împerechere al oamenilor, deoarece niciun alt aspect al comportamentului nostru nu este la fel de complex, de subtil sau de răspândit. Și, deși aceste strategii sexuale diferă de la un individ la altul, coregrafia esențială a curtării



umane, a idilei, a iubirii și a căsătoriei are o multitudine de planuri ce par întipărite în psihicul oamenilor: un produs al timpului, al selecției și al evoluției.

Acestea încep în momentul în care bărbații și femeile intră în raza de curtare — cu modul în care flirtăm.

## LIMBAJUL TRUPULUI

Irenäus Eibl-Eibesfeldt, etolog german<sup>1</sup>, a observat un tipar ciudat în comportamentul de flirt al femeilor. Eibl-Eibesfeldt a folosit un aparat de fotografiat cu o lentilă secretă, astfel încât atunci când îndrepta aparatul în față, acesta făcea, de fapt, poze dintr-o parte. În acest fel, el putea focaliza asupra peisajelor locale și immortaliza expresiile faciale naturale ale oamenilor din jurul său. În călătoriile sale prin Samoa, Papua, Franța, Japonia, Africa și Amazonia, a surprins numeroase secvențe de flirt. Apoi, după ce s-a întors în laboratorul său din Institutul de Fiziologie Comportamentală Max Planck, de lângă München, Germania, a analizat cu atenție fiecare episod de curtare, cadru după cadru.

A reieșit un tipar universal de flirt la femei. Se pare că femeile din locuri extrem de diferite, cum ar fi jungla amazoniană, saloanele din Paris și regiunile muntoase din Noua Guinee flirtează cu aceeași serie de expresii.

În primul rând, femeia îi zâmbește admiratorului ei și își ridică sprâncenele într-o mișcare rapidă și sacadată, atunci când își deschide ochii larg, pentru a se uita la el. Apoi, își coboară pleoapele, își înclină capul în jos și într-o parte și își ferește privirea. De multe ori, își acoperă fața cu mâinile, chicotind nervos pe măsură ce se retrage în spatele propriilor palme. Acest gest secvențial de flirt este atât de specific, încât Eibl-Eibesfeldt este

convins că este înnăscut, o tactică de curtare feminină care a evoluat acum miliarde de ani, pentru a semnala interesul sexual și/sau romantic.

Se poate ca și alte strategii folosite de oameni să își aibă originea tot în trecutul nostru primitiv. Privirea sfioasă este un gest în care femeia își înclină capul și se uită în sus, timid, la pețitorul ei. Și femela oposum face același lucru, întorcându-se către pretendentul său, înclinându-și botul și privindu-l drept în ochi. Animalele scutură adesea din cap, pentru a atrage atenția. Femeile implicate într-un ritual de curtare fac acest lucru în mod regulat; își ridică umerii, își arcuiesc spatele și își scutură bucele într-o mișcare rapidă și amplă. Albatroșii își scutură capetele și clămpănesc din ciocuri, între reprize de dat din cap, aplecări și frecat ciocurile unul de celălalt. Țestoasele de uscat își întind și își retrag gâturile, aproape atingându-și nasurile unul de altul. Femeile nu sunt singurele creaturi care își folosesc capetele pentru a flirta<sup>2</sup>.

Și bărbații folosesc tactici similare cu cele observate la alte specii. Ați intrat vreodată în biroul șefului dumneavoastră și l-ați văzut lăsându-se pe spate în scaun, cu mâinile împreunate la ceafă, coatele în sus și pieptul împins înainte? Poate că a și ieșit din spatele biroului, s-a apropiat de dumneavoastră și v-a zâmbit, și-a arcuit spatele și și-a împins jumătatea de sus a corpului înainte? Dacă da, aveți grijă. S-ar putea să își anunțe, inconștient, dominanța asupra dumneavoastră. Dacă sunteți femeie, s-ar putea, în schimb, să vă curteze.

„Împingerea pieptului înainte“ face parte din mesajul postural de bază folosit de regnul animal — „a părea mai mare“. Făpturile dominante se „zbârlesc“. Peștii cod își umflă capetele și își împing în față aripioarele pelviene. Șerpii, broaștele și broaștele râioase își umflă corpurile. Antilopele și cameleonii se întorc în lateral, pentru a-și

scoate în evidență mărimea. Cerbii catări se uită pieziș pentru a-și etala coarneau. Pisicile se înfoaie. Porumbeii se umflă în pene. Homarii se ridică pe vârful picioarelor pe care merg și își întind cleștii deschiși. Gorilele se bat cu pumnii în piept. Bărbații doar își împing pieptul înainte.

Atunci când se confruntă cu o creatură dominantă, multe animale se fac mici. Oamenii își apropie degetele de la picioare, își încovoie umerii și își lasă capul să atârne. Lupii își bagă coada între picioare și pleacă pe furiș. Homarii inferiori se ghemuiesc. Iar multe specii se pleacă. Un cod intimidat își răsuțește corpul în jos. Șopârlele își mișcă tot corpul în sus și în jos. Cimpanzeii respectuoși dau din cap atât de repede și în mod repetat, încât primatologii numesc acest gest „reverență“.

Aceste poziții de „ghemuire“ și de „intimidare“ observate la o mulțime de creaturi se manifestă adesea și în ritualurile de curtare. Îmi aduc aminte de o bandă desenată dintr-o revistă europeană. În prima căsuță, un bărbat în slip stă singur pe o plajă pustie — are capul lăsat în jos, burta îi atârnă, pieptul îi este concav. În următoarea căsuță, o femeie atrăgătoare se plimbă pe plajă, pe lângă bărbat; acum, acesta are capul sus, își trage burta și își umflă pieptul. În ultima căsuță, femeia a dispărut, iar bărbatul revine la poziția normală, neatractivă. Nu este neobișnuit să vezi bărbați și femei umflându-se sau micșorându-se pentru a semnaliza importanța, vulnerabilitatea și disponibilitatea.

## PRIVIREA „COPULATIVĂ“

Privirea este, probabil, cea mai frapantă strategie umană de curtare. Reprezintă limbajul ochilor. În

culturile occidentale, în care este permis contactul vizual între sexe, bărbații și femeile se uită cu atenție la un potențial partener, două sau trei secunde, timp în care pupilele li se pot dilata — un semn de interes ridicat. Apoi, persoana care privește își coboară pleoapele și se uită în altă parte.<sup>3</sup>

Contactul vizual pare să aibă un efect imediat. Privirea declanșează regiuni primitive ale creierului uman, scoțând la suprafață una dintre cele două emoții fundamentale — abordarea sau retragerea. Nu puteți ignora privirea unei alte persoane ațintită asupra dumneavoastră; trebuie să reacționați într-un fel. Puteți zâmbi și iniția o conversație. Vă puteți feri privirea și strecura către ușă. Dar înainte, probabil că vă veți trage de lobul urechii, vă veți aranja bluza, veți căsca, vă veți juca cu ochelarii sau veți face o altă mișcare lipsită de importanță — „deplasându-vă atenția“ — pentru a calma anxietatea, în timp ce vă hotărâți în ce fel să răspundeți la această invitație, dacă fugiți din zonă sau rămâneți și vă implicați în jocul curtării.

Această privire, cunoscută de etologi drept privirea copulativă, ar putea fi întipărită în psihicul nostru evolutiv. Cimpanzeii și alte primate se uită la inamicii lor pentru a-i amenința; de asemenea, privesc adânc unii în ochii altuia pentru a se împăca după o luptă. Privirea este folosită și înainte de raportul sexual, după cum s-a observat la bonobo sau cimpanzeii „pitici“ — maimuțe înrudite îndeaproape cu cimpanzeul comun, dar mai mici și, poate, mai inteligente. Câteva astfel de creaturi aproape umane trăiesc în Grădina Zoologică din San Diego, unde femelele și masculii se împerechează în mod regulat. Dar, chiar înainte de contactul sexual, cuplul petrece câteva momente privindu-se adânc în ochi.<sup>4</sup>

\*

Și babuinii se uită unii la ceilalți în timpul curtării. Poate că aceste animale s-au desprins din arborele nostru uman de evoluție acum mai mult de douăzeci și cinci de milioane de ani, dar această similitudine în ceea ce privește curtarea persistă. Antropologul Barbara Smuts spunea despre începutul curtării dintre doi babuini, pe stâncile Eburru din Kenya: „Parcă urmăream doi tineri nepricepuți, într-un bar pentru persoane singure“.<sup>5</sup>

Relația a început într-o seară, când femela babuin, Thalia, s-a întors și a surprins un mascul tânăr, Alex, uitându-se la ea. Se aflau la o distanță de aproximativ cinci metri unul de celălalt. El și-a ferit imediat privirea. Așa că ea s-a uitat insistent la el — până când s-a întors și el să o privească. Apoi ea s-a jucat intenționat cu degetele de la picioare. Și au continuat tot așa. De fiecare dată când ea se uita la el, el își ferea privirea; de fiecare dată când se uita el la ea, ea își făcea de lucru cu picioarele. În cele din urmă, Alex a surprins-o pe Thalia privind-l — „privirea de răspuns“.

Imediat, el și-a lipit urechile de cap, și-a îngustat pleoapele și a început să plescăie din buze, semnul de apogeu al prieteniei în societatea babuinilor. Thalia a încremenit. Apoi ea l-a privit în ochi o lungă perioadă. Abia după acest contact vizual prelungit, Alex s-a apropiat de ea, moment în care Thalia a început să îl despăducheze — începutul unei prietenii și al unei legături sexuale care încă dăinuia după șase ani, când Smuts s-a întors în Kenya, să studieze prietenii dintre babuini.

Poate că ochii — și nu inima, organele genitale sau creierul — reprezintă organul inițial al iubirii, deoarece privirea declanșează adesea zâmbetul oamenilor.

\*

„Există un zâmbet al iubirii / Și există un zâmbet al amăgirii“, scria poetul William Blake. De fapt, oamenii

au cel puțin optsprezece tipuri diferite de zâmbete<sup>6</sup>, dintre care numai pe unele le folosim atunci când curțăm pe cineva. Atât bărbații, cât și femeile folosesc „zâmbetul simplu“, un gest cu gura închisă, atunci când salută un trecător cunoscut. În această expresie, buzele sunt lipite, dar întinse, iar dinții nu sunt dezveliți; acest gest este însoțit adeseori de o înclinare a capului, care exprimă recunoașterea. Oamenii care vă zâmbesc astfel probabil că nu se vor opri să vă cunoască mai bine.

„Zâmbetul superior“ uman exprimă un interes mai ridicat. În această expresie, vă dezveliți dinții de sus, pentru a vă demonstra intențiile pozitive. Zâmbetul superior este combinat adesea cu un gest din sprânceană care durează o șesime de secundă, în care sprâncenele sunt ridicate, apoi coborâte rapid. Eibl-Eibesfeldt a văzut acest zâmbet superior la europeni, locuitorii din Bali, indienii amazonieni și boșimani din sudul Africii și povestește că acesta este folosit în tot felul de contacte de prietenie — inclusiv flirtul. Cimpanzeii și gorilele folosesc această jumătate de zâmbet atunci când se joacă. Dar tind să își arate dinții de jos, și nu pe cei de sus. În acest fel, își pot ascunde colții de sus, ascuțiți ca niște pumnale, dinți canini cu care se amenințau unii pe ceilalți.

„Zâmbetul deschis“, în care buzele sunt complet retrase și sunt dezveliți complet atât dinții de sus, cât și cei de jos, este cel pe care îl folosim de obicei pentru a ne „agăța“ unii pe ceilalți. Zâmbetul fostului președinte Jimmy Carter este un exemplu remarcabil. Carter ne curta mințile, voturile, opiniile; dacă ar fi combinat acest „superzâmbet“ cu flirtul secvențial, privirea sfioasă, înclinarea capului, împingerea pieptului înainte sau privirea insistentă, intențiile sale ar fi fost cu siguranță unele sexuale.

„Zâmbetul social nervos“, un alt tip de zâmbet uman, joacă un rol vădit negativ în curtare. Acesta își

are originea într-un obicei străvechi al mamiferelor de a-și dezveli dinții atunci când sunt încolțite. Am văzut cândva un exemplu minunat al acestui gest, într-o emisiune de televiziune. Gazda mea era atacată verbal de către ceilalți invitați. Nu putea să fie nepoliticoasă sau să plece din platou. Așa că și-a retras buzele și și-a arătat ambele rânduri de dinți încleștați. Apoi a încremenit, păstrând acest rânjet nervos.

Și cimpanzeii utilizează zâmbetul social nervos, afișarea „dinților dezveliți“, atunci când se confruntă cu un animal superior. Îl folosesc pentru a exprima o combinație de frică, prietenie și liniștire. Și noi folosim zâmbetul nervos în situații sociale dificile, dar niciodată atunci când curțăm. Așadar, dacă un potențial partener rânjește la dumneavoastră cu dinții încleștați, puteți fi sigur/ă că el sau ea se gândește mai puțin la o idilă și mai mult la a supraviețui acelei introduceri.

## SEMNALE UNIVERSALE DE CURTARE

În ciuda corelației evidente dintre gesturile de curtare la oameni și la alte animale, a fost nevoie de peste un secol de investigații pentru a demonstra că oamenii de pe tot cuprinsul planetei împărtășesc multe dintre semnalele nonverbale. Darwin a fost primul care și-a pus problema eredității expresiilor faciale și a pozițiilor corpului. Pentru a-și confirma bănuiala că toți bărbații și toate femeile folosesc aceleași gesturi și poziții pentru a exprima emoții umane fundamentale, a trimis un chestionar colegilor din zone îndepărtate din America, Africa, Asia și Australia, în 1867.

Printre numeroasele întrebări despre aborigeni erau și următoarele: „Atunci când un om este indignat

sau sfidător, acesta se încruntă, își ține capul și corpul drepte, își ridică umerii și își încleștează pumnii?“

„Dezgustul este evidențiat prin întoarcerea în jos a buzei inferioare, ridicarea ușoară a buzei superioare, o expirație bruscă?“ „Atunci când oamenii sunt bucuroși, le scânteiază ochii, li se încrețește puțin pielea în jurul lor și sub ei și li se trag puțin colțurile gurii?“<sup>7</sup>

Oameni de știință, jurnaliști, misionari și prieteni din toată lumea au răspuns „da“ la întrebările lui Darwin, iar el s-a convins că bucuria, tristețea, fericirea, uimirea, teama și alte câteva sentimente umane erau exprimate în tipare de gesturi universal umane, moștenite dintr-un trecut evoluționist comun. Aceste indicii nonverbale includeau și zâmbetul uman. După cum a scris mai târziu în cartea sa *Expresia emoțiilor la om și animale* (1872/1967), „la toate rasele umane, exprimarea bunei dispoziții pare să fie la fel și este ușor de recunoscut.“

După mai bine de o sută de ani, psihologul Paul Ekman și colegii săi au confirmat convingerea lui Darwin că aceleași expresii faciale de bază sunt utilizate de diverse popoare de pe planetă. Atunci când le-a arătat poze cu fețe de americani șefilor de trib din Noua Guinee, sătenilor Sadong din Sarawak, brazilienilor și japonezilor și le-a cerut să identifice expresiile faciale, diverși bărbați și femei le-au recunoscut cu ușurință pe cele de tristețe, uimire, dezgust, teamă și furie — precum și zâmbetul larg.<sup>8</sup>

Se pare că am fost născuți să zâmbim. Unii bebeluși încep să imite zâmbetul mamei în primele treizeci și șase de ore după naștere, iar toți bebelușii încep să zâmbească social la vârsta de aproximativ trei luni<sup>9</sup>. Chiar și copiii orbi și surzi zâmbesc radios, deși nu au văzut niciodată acest gest facial la cei din jurul lor.

La fel ca zâmbetul, flirtul secvențial, privirea sfioasă, înclinarea capului, împingerea pieptului înainte și