

Prefácio

Os aspectos subliminares de tudo o que acontece conosco podem parecer pouco importantes na vida cotidiana, ... [mas] são as raízes quase invisíveis de nossos pensamentos conscientes.

CARL JUNG

EM JUNHO DE 1879, o filósofo e cientista americano Charles Sanders Peirce viajava num navio a vapor de Boston a Nova York quando seu relógio de ouro foi roubado da cabine.¹ Peirce notificou o furto e insistiu para que todos os integrantes da tripulação se apresentassem no convés. Falou com eles, mas sem resultado. Em seguida, depois de uma pequena caminhada, fez algo estranho. Resolveu adivinhar quem era o culpado, mesmo sem ter nada em que se basear, como um jogador de pôquer apostando tudo num par de dois. Assim que formulou seu palpíte, Peirce percebeu que acreditava ter acertado quem era o culpado. “Dei uma pequena caminhada em círculos que não demorou nem um minuto”, escreveria depois, “e, assim que me virei para olhar para eles, qualquer sombra de dúvida já havia se desvanecido.”²

Peirce abordou o suspeito com firmeza, mas o homem encarou o blefe e negou a acusação. Sem provas ou uma razão lógica em apoio à sua afirmação, nada havia a fazer – até o navio atracar. Quando aportou, Peirce imediatamente pegou um táxi, foi até o escritório da agência local da Pinkerton e contratou um detetive para investigar o caso. O detetive encontrou o relógio numa casa de penhores, no dia seguinte. Peirce pediu que o proprietário da loja descrevesse o homem que tinha empenhado o relógio. Segundo Peirce, o homem do prego descreveu o suspeito “tão exatamente que não era possível haver dúvida de que se tratava do homem de quem eu desconfiara”. Peirce conjecturou sobre a razão de ter

adivinhado a identidade do gatuno e chegou à conclusão de que alguma espécie de percepção instintiva o guiara, algo que operava num nível abaixo de seu consciente.

Se essa história terminasse em mera especulação, um cientista consideraria a explicação de Peirce tão convincente quanto dizer “Um passarinho me contou”. Porém, cinco anos depois, Peirce encontrou uma forma de traduzir suas ideias sobre a percepção inconsciente num experimento de laboratório, adaptando um procedimento realizado pela primeira vez pelo fisiologista E.H. Weber em 1834. Weber posicionou pequenos pesos de massas diferentes, um de cada vez, num ponto da pele de um voluntário para determinar a diferença de peso mínima detectada pelo sujeito.³ No experimento realizado por Peirce e seu melhor aluno, Joseph Jastrow, as pessoas que se submeteram ao estudo recebiam pesos cuja diferença estava logo abaixo do limite mínimo detectável (na verdade, os participantes foram os próprios Peirce e Jastrow, um experimentando o outro). Em seguida, embora não conseguissem discriminar os pesos, pediam que o outro identificasse de qualquer forma o volume mais pesado e indicasse, numa escala de 0 a 3, o grau de confiança que tinham em cada palpite.

Naturalmente, em quase todas as tentativas, os homens escolheram zero. Apesar da falta de confiança, na verdade eles selecionaram o objeto correto em mais de 60% das tentativas, bem mais do que se poderia esperar numa tentativa ao acaso. Quando repetiram o experimento em outros contextos, como na avaliação de superfícies que diferiam levemente no brilho, Peirce e Jastrow obtiveram resultado similar – conseguiam adivinhar a resposta mesmo sem ter acesso consciente à informação que lhes permitiria chegar àquela conclusão. Essa foi a primeira demonstração científica de que a parte inconsciente da mente dispõe de conhecimentos que escapam da parte consciente.

Depois Peirce compararia a capacidade de captar pistas inconscientes com um considerável grau de precisão com “os poderes canoros e aeronáuticos de um pássaro; ... elas são, para nós, como para eles, o mais sutil dos nossos poderes meramente instintivos”. Em outras palavras, o trabalho feito pelo inconsciente é uma parcela crucial do nosso mecanismo evolu-

tivo de sobrevivência.⁴ Há mais de um século, psicólogos clínicos e pesquisadores já conhecem o fato de que dispomos de uma vida inconsciente rica e ativa, que funciona em paralelo a nossos pensamentos e sentimentos conscientes, e exerce poderoso efeito sobre eles, de uma forma que apenas agora começamos a medir com algum grau de precisão.

Carl Jung escreveu: “Há certos eventos que não percebemos de modo consciente; eles permanecem, por assim dizer, abaixo do limite da consciência. Eles aconteceram, mas foram absorvidos de maneira subliminar.”⁵ A palavra “subliminar” vem do latim e significa “abaixo do limite”. Os psicólogos a empregam para se referir ao que está abaixo do limite da consciência. Este livro é sobre efeitos subliminares nesse sentido mais amplo – os processos da parte inconsciente da mente e como eles nos influenciam. Para entender verdadeiramente a experiência humana, precisamos compreender tanto nosso consciente quanto nosso inconsciente e como os dois interagem. Nosso cérebro subliminar é invisível para nós, porém influencia nossa experiência consciente do mundo de um modo fundamental – a maneira como nos vemos e aos outros, o significado que atribuímos aos eventos da nossa vida cotidiana, nossa capacidade de fazer julgamentos rápidos e tomar decisões que às vezes significam a diferença entre a vida e a morte, as ações que adotamos como resultado de todas essas experiências instintivas.

Embora os aspectos inconscientes do comportamento humano tenham sido investigados por Jung, Freud e muitos outros no século XX, os métodos que empregaram – introspecção, observação do comportamento aparente, estudo de pessoas com deficiências cerebrais, implante de eletrodos no cérebro de animais – propiciaram apenas um conhecimento difuso e indireto. Enquanto isso, as verdadeiras origens do comportamento humano continuaram obscuras. Hoje as coisas são diferentes. Novas e sofisticadas tecnologias revolucionaram nosso entendimento da parte do cérebro que funciona num nível abaixo da consciência – o que estou chamando aqui de mundo subliminar. Essas tecnologias tornaram possível, pela primeira vez na história da humanidade, uma verdadeira ciência do inconsciente. Essa nova ciência é o tema deste livro.

ANTES DO SÉCULO XX, a física descrevia com muito sucesso o mundo material tal como o percebemos pela experiência humana cotidiana. As pessoas notaram que o que subia costumava cair, e afinal conseguiram medir com que velocidade ocorriam essa ida e volta. Em 1687, Isaac Newton expôs seu trabalho a respeito da compreensão da realidade do dia a dia sob a forma matemática no livro *Philosophiæ Naturalis Principia Mathematica*, que em latim quer dizer “Princípios matemáticos da filosofia natural”. As leis formuladas por Newton eram tão poderosas que foram usadas para calcular com precisão as órbitas da Lua e de planetas distantes. Mas, por volta de 1900, esse ponto de vista límpido e confortável foi abalado. Os cientistas descobriram que, subjacente à imagem cotidiana de Newton, existe uma realidade diferente, uma verdade mais profunda, que agora chamamos de teoria quântica e da relatividade.

Os cientistas formulam teorias acerca do mundo físico; nós todos, como seres sociais, formulamos “teorias” pessoais a respeito do nosso mundo social. Essas teorias fazem parte da aventura de participar da sociedade humana. Levam-nos a interpretar o comportamento dos outros, a antever suas ações, tentar prever como conseguir o que desejamos deles e decidir, em última análise, como nos sentimos em relação a eles. Será que podemos confiar neles quanto a dinheiro, saúde, carreira, filhos – e ao nosso coração? Assim como no mundo físico, também no universo social há uma realidade muito diversa, subjacente àquela que ingenuamente percebemos. A revolução na física ocorreu quando, na virada do século XIX para o XX, novas tecnologias expuseram o comportamento exótico dos átomos e das novas partículas subatômicas então descobertas, como fóton e elétron; de modo análogo, as novas tecnologias da neurociência hoje possibilitam que os cientistas exponham uma realidade mental mais profunda, que esteve escondida durante toda a história prévia da humanidade.

A ciência da mente foi reformulada por uma nova tecnologia específica, surgida nos anos 1990. Chama-se ressonância magnética funcional, ou fMRI (da sigla em inglês para funcional Magnetic Resonance Image). A fMRI está relacionada à ressonância magnética normal (MRI, Magnetic

Resonance Image) usada pelo seu médico, só que ela mapeia a atividade de diferentes estruturas do cérebro, ao detectar o fluxo de sangue que aumenta e diminuiu muito levemente com a variação da atividade. Nos dias atuais, a fMRI proporciona imagens em três dimensões do funcionamento do cérebro, no interior e no exterior, mapeando, com uma resolução de cerca de 1mm, o nível de atividade geral. Para se ter uma ideia do que uma fMRI pode fazer, considere o seguinte: os cientistas podem agora usar os dados colhidos de seu cérebro para reconstruir uma imagem do que você estava vendo.⁶

Dê uma olhada nas imagens da Figura 1. Em cada um dos casos, a imagem da esquerda é a real, que o sujeito estava observando, e a da direita é a reconstrução feita por computador. A reconstrução foi criada a partir de leituras eletromagnéticas de fMRI da atividade cerebral, sem qualquer referência à verdadeira imagem observada. Isso foi realizado combinando dados de áreas do cérebro que respondem a regiões específicas do campo visual de uma pessoa aos dados de outras partes do cérebro que respondem a diferentes temas. Depois um computador fez uma seleção entre um banco de dados de 6 milhões de imagens e escolheu a que melhor correspondia a essas leituras.

O resultado de aplicações como essa é uma transformação tão radical quanto a da revolução quântica: uma nova compreensão de como o cérebro funciona e do que somos como seres humanos. Essa revolução tem um nome – pelo menos o novo campo gerado por ela. É chamada neurociência. O primeiro congresso oficial dedicado a esse campo teve lugar em abril de 2001.⁷

CARL JUNG ACREDITAVA QUE, para aprender sobre a experiência humana, era importante estudar os sonhos e as mitologias. A história é o relato de eventos que se desenrolam na civilização, mas sonhos e mitos são expressões do coração humano. Os temas e arquétipos de nossos sonhos e mitos, observou Jung, transcendem o tempo e a cultura. Surgem a partir de instintos inconscientes que governaram nosso comportamento muito



FIGURA 1

antes de serem recobertos e obscurecidos, e portanto nos ensinam o significado de ser humano no nível mais profundo. Hoje, quando montamos as peças de como o cérebro funciona, somos capazes de estudar diretamente os instintos humanos e observar suas origens fisiológicas no cérebro. Ao

descobrir o funcionamento do inconsciente, podemos entender melhor como nos relacionamos com outras espécies e o que nos torna especificamente homens.

Os capítulos a seguir são uma pesquisa sobre nossa herança evolutiva, sobre forças exóticas e surpreendentes que atuam abaixo da superfície de nossa mente, e o impacto desses instintos inconscientes no que em geral se considera um comportamento racional e voluntário – impacto muito mais forte do que acreditávamos. Se você quer entender o mundo social, se quer mesmo entender a si e os outros, e além disso deseja ser capaz de superar muitos obstáculos que o impedem de viver uma vida plena e mais rica, você precisa entender a influência do mundo subliminar que se esconde em cada um de nós.