

## ÎN LOC DE CUVÎNT ÎNAINTE

Am fost un om zdrobit, întors spre moarte, nu înspre viață. La 30 de ani, mă imaginam trăind încă doar câțiva ani, la fel de zbuciumat cum am trăit mereu. Apoi, murind devreme. Cu un ochi priveam spre moarte, iar cu celălalt spre copiii mei, opintindu-mă să mai trăiesc o vreme, cât să văd fetele suficient de mari ca să se descurce singure. Este un miracol că nu am murit, trăind atît de sinucigaș, fără măcar să-mi dau seama. Am trecut razant pe lîngă moarte, nu doar fiindcă am fost îngropată sub o avalanșă, ci fiindcă am trăit fiecare zi ca să mor. Am făcut întoarcerea spre viață în ziua în care am decis să mă vindec. Nu știam atunci, însă, că asta fac, un *U-Turn* definitiv spre lumină. Am aflat abia acum, după un drum lung și dureros, cînd am ajuns.

Am adunat în cartea aceasta drumul meu spre sine și lecțiile mele. Poate vor mai fi de folos cuiva, drumeț rătăcit pe calea vindecării. E darul pe care îl întorc vieții, pentru că m-a îngăduit și a așteptat să mă întorc cu fața spre ea.

## DAMAGED GOODS

S tăm la masa mea preferată din bistro. Locul e gol și o lumină caldă, filtrată, se așază ușurel peste toate lucrurile – mese, scaune, picturile de pe perete, florile din vaza din fața noastră, podeaua învechită, pianul – aurind totul împrejur. Vizavi, pe o canapea, doi tineri se sărută cu patimă. Chelnerița îmi aduce supa. Și atunci, o văd. La masa de lângă stîlp. Întîlnirea mă tulbură profund.

Are aproape 25 de ani și a venit aici prima oară. E slabă și tristă. Se foiește pe scaun, căci simte că locul ei nu e aici, printre oameni sofisticăți care mănîncă feluri complicate de mîncare, cu nume franțuzești. Nu a pus gura în viața ei pe vreun fel de brînză cu mușegai și se teme să guste, ca să nu se facă de rîs. Ea, cînd merge la restaurant, rar, comandă aceleași mîncăruri pe care le știe dintotdeauna: șnițel, ficăței, grătar. În sufletul ei, e doar o fată simplă, săracă, de la țară, stînjinită de tot ce îi e necunoscut. Îi e rușine să se uite împrejur. Bărbatul care a invitat-o la masă e sigur pe el, vorbește mult și bea vin sec, comandă

platouri cu brânzeturi și fructe. Ea ridică ochii din farfurie și privește la mesele de sus, din dreapta. La una dintre ele, o femeie îi atrage atenția. Obișnuiește să se uite la femei mai în vîrstă decît ea, mai ales la cele care i se par frumoase, sigure, și să își imagineze că, într-o zi, ar putea ajunge și ea așa. Iar femeia asta e magnetică: îi place totul la ea, o studiază, nu își poate muta privirea.

O contemplant cu sfișiere. Mă doare să o văd acolo, speriată, nesigură. Profit că bărbatul se ridică și pleacă la toaletă și mă duc și mă așez lîngă ea. Îi vorbesc cu blîndețe.

Uită-te bine la mine. Am văzut cum mă priveai, am văzut că nu m-ai recunoscut. Crezi că sunt cineva special, sigur pe sine, de succes, fericit. Sunt doar tu, peste aproape 15 ani. Uită-te bine la mine! E drum lung pînă la masa de unde am coborît eu. Drum greu. Ai vrea să fii în locul meu, acum. Dar într-o zi vei ajunge acolo și vei descoperi că asta nu e nicio scofală. Femeia pe care o admirai adineauri e aproape la fel ca tine; nu s-a schimbat prea mult. Doar disimulează mai bine. Da, se simte în largul ei aici – de fapt, a devenit locul ei preferat –, comandă natural felurile astea de mîncare complicate, cu nume franțuzești, care te panichează acum. Da, a publicat cîteva cărți, lucru de neînchipuit pentru tine în clipa

de față. Are doi copii mari, frumoși și talentați, care o urăsc și disprețuiesc, uneori, la fel cum se urăște și disprețuiește și ea. E la fel de speriată ca tine. Și nimic din ce ești pe cale să faci în următorii aproape 15 ani nu va reuși să schimbe asta. Privește-mă. Sunt suma și reprezentarea tuturor alegerilor pe care le vei face de acum încolo, clipă de clipă, cele mai multe inconștiente, în tipare greșite pe care le vei perpetua la nesfârșit. Te simți singură, iar asta nu se va schimba prea mult pînă vei ajunge aici. Uită-te la mine: singurătatea e o alegere inconștientă. Ai decis asta cu multă vreme în urmă, că ești de capul tău, că ești orfană, că nu te poți baza pe nimeni, iar în funcție de asta vei face alegeri toată viața. Bărbatul care stă la masă cu tine e una dintre ele. Nu va divorța pentru tine. Nu te iubește. Nici nu are cum, de vreme ce nici tu nu te iubești și nu vei ști să faci asta prea bine nici la vîrsta la care sunt eu acum: 38. Vei auzi neconținut în anii ăștia că trebuie să te iubești, să te accepți, să fii blîndă cu tine, vei înțelege doar la nivel de limbaj lucrul ăsta, dar nu vei integra decît foarte tîrziu – poate prea? – cum să faci asta. Cum să te privești și pe tine ca pe propriul copil, cu compasiune, înțelegere și iubire. Și, neînțelegînd, vei trece prin viață încăpățînată ca o vită, alegînd încontinuu să fugi de realitatea dureroasă nu cu droguri, alcool, îndopîndu-te cu

mîncare, jucînd la ruletă sau făcînd sex compulsiv, ci visînd și scriînd. Proiectînd mereu. Alegînd așa zise iubiri imposibile, care să te țină în locul ăsta comun ție care este suferința, fără de care nu știi să trăiești. Să te țină în locul ăsta, pe cît de incomod, pe atît de confortabil datorită familiarității care este singurătatea. Vei construi, cu fiecare pas, zidul ăsta impenetrabil și transparent, ca o gelatină translucidă și tremurată, între tine și toți ceilalți, după care te vei ascunde pîrînd, totuși, atît de la vedere. Nimeni nu va ajunge la tine, în afara unui singur om, iar ca să îl lași și pe acela o vei face cu atît de mare greutate și efort, încît te va năuci de durere și teamă. Vor fi zile cînd vei simți că te dezintegrezi de spaimă și suferință, dar vei supraviețui. Ciuntită, stricată, damaged goods, însă cumva vie. Fiindcă există durerea de deasupra durerii, iar tu vei stărui mereu să rămii în durerea de sus, o vei perpetua la nesfîrșit ca să nu cumva să ajungi la cea adevărată, mare, de nesuportat, care se va afla mereu dedesubt: că ești de neiubit. Trebuie că ești, din moment ce nici părinții tăi nu au făcut-o. Uită-te la mine: ai decis demult că nu meriți să fi iubită și vei trăi așa aproape toată viața ta și nimic din ce îți-aș spune acum nu va schimba asta. Sunt un regizor fără puteri: te privesc și nu pot interveni în filmul ăsta. E filmul tău. Sunt lecțiile tale care vor deveni ale mele.

M-aș așeza în genunchi să te implor să faci altfel, dar nu am cum. Lasă-mă să te iau în brațe. Aș vrea să îți spun că o să fie bine curînd, dar nu te pot minți. Nu o să fie. Nu o să fi. O să fi o fetiță speriată, neiubită și neiubindu-se, înfricoșată și disperată aproape toată viața, într-un corp incomod de adult, luîndu-se prea în serios, asumîndu-și prea multe responsabilități, încercînd din răputeri să controleze incontrollabilul, încercînd în gol să se scutească de suferințe pe care și le provoacă încercînd să le îndepărteze, incapabilă să treacă de suprafața vieții. Și nu va fi nimeni responsabil pentru toate astea decît tu însăși.

Vei ajunge cîndva la masa aia, așa cum îți dorești acum, dar nu va fi mare scofală.

Lasă-mă să te iau în brațe și să te iert. Lasă-mă să încep să te iubesc.

## DURERE, BIBELOU DE PORȚELAN

*D*ar nu ar fi mai bine să nu răscolim lucrurile și să încercăm să uităm lucrurile dificile?, sunt întrebată din când în când de către cineva, exact cu cuvintele astea.

Pluralul mă face mereu să zîmbesc. Exprimarea asta e mereu o încercare eșuată și abuzivă de complicitate, care mă obligă cumva pe mine să ader la nevoia oamenilor de a îngropa lucrurile care îi dor. Un mecanism de *coping* pe care îl recunosc, îl înțeleg, dar la care nu vreau să fiu părtașă. Omul de acest fel vrea să uite, iar eu, cu nevoia mea de vindecare declarată și asumată, îi încurc planurile.

Aveam încă în minte nevoia asta de negare a unui trecut pe care ne mințim că l-am uitat, dar care ne însoțește în comportamentele zilnice, când am intrat la ședința săptămînală de terapie de grup. Tema pe care lucram: tata. O temă pe care am insistat mult la începutul intrării mele în terapie, fiindcă știam că acolo se ascund multe dureri și tipare, dar la care nu m-am mai întors aplicat în ultimii ani, fiindcă mi-a

plăcut să-mi zic că acolo lucrurile sunt destul de încheiate, înțelesesem rațional ce era de înțeles, aveam compasiunea necesară pentru a privi lucrurile în ansamblu, tatăl meu fusese o victimă la rîndu-i și făcuse ce putuse și știuse mai bine – dacă ar fi putut face mai bine, ar fi făcut –, îmi înțelegeam pattern-urile, nevoile neîmplinite, rănilile. Mai mult, de aproape zece ani de cînd e paralizat, tata nu mai poate vorbi, rana mea de nedreptate se cicatrizase, cumva el fusese pedepsit de ceva mai mare decît el pentru ce-mi făcuse mie, ce rost mai avea să țin eu ranchiună? În plus, încă aveam zile cînd mă gîndeam speriată la copilul rănit care se rugase ca tata să moară sau să dispară și mă simțeam vinovată pentru gîndurile de atunci.

Îmi doream tema asta. Îmi doream să mă întorc la tata. Îmi doream să mă întorc în copilăria mică, cu nivelul de conștiință și conștientizare atins acum, după atîția ani de lucru cu sinele. Știam că va dura, dar eram pregătită, oarecum.

Și apoi, pe nesimțite, din exercițiu în exercițiu, m-am trezit pe covor într-o scenetă pe care trebuia să o interpretăm împreună cu o colegă de grup, în care fiecare dintre noi trebuia să joace, pe rînd, rolul tatălui celuilalt și rolul copilului care a fost. Iar colega mea alesese o scenetă ludică, precum fusese relația cu tatăl ei cînd era ea mică, așa că a trebuit să interpretez



un tată așa cum nici nu am știut în copilăria mea că există. Iar asta mi-a rupt sufletul, fiindcă, în timp ce eram căluț pentru un copil care nu semăna deloc cu copilul care am fost, am simțit în tot corpul o durere uriașă și o milă teribilă pentru fetița care nu s-a jucat niciodată, care nu s-a alintat, care nu a făcut din oameni căluți, fiindcă nu a avut din cine, care nu a stîlcit cuvintele, care a fost gravă și tristă de parcă s-ar fi născut așa. Care nu a fost copil, căreia nu i s-a dat voie să fie copil.

Iar apoi a venit rîndul meu să fiu mică. Iar scena pe care o aleseserăm împreună fusese una care s-a repetat obsesiv într-o perioadă din viața mea, trebuie să fi avut 6-7 ani cînd, la masă fiind, tata se enerva că mănînc urît – *ciopciăi* era verbul pe care îl folosea – și îmi punea o oglindă în față, ca să mă văd cît de urîtă sunt și cît de urît mănînc. Așa că eram aici, pe covorul de psihodramă, și auzeam insultele care zburau spre mine dinspre personajul tată, amenințările, umilința, simțeam durerea, și revolta, și furia, și ura pe care le-am simțit în fiecare zi din viața mea, vreme de 18 ani, pînă am plecat de acasă, și nu mai era gînd, raționalizare, era emoție pură. Și, în timp ce o auzeam pe colega mea, care cu greu reușea să între în rol, vorbind cu vorbele tatălui meu, deodată am știut, și a fost un știut care nu a venit din minte, ci din

întreg corpul. Am știut că sunt fărîme pe interior, că am fost zdrobită într-un fel care nu se mai poate repara niciodată cu adevărat. Sistematic. Iar ăsta era un cuvînt pe care tata îl folosea predilect: sistematic. Acum înțeleg de ce. Am știut și m-am mirat, în mine, o uimire din acelea dureroase, că am reușit să ajung aici, la aproape 41 de ani, cu mintea aproape întreagă, cu trupul aproape întreg, cu viața aproape întreagă. Și nu m-a mai uimit că, asemeni celor care mă întrebă, am avut nevoie să uit, să îngrop, ca să nu mor de durere și de frică. Am știut că groaza, sentimentul de nesiguranță, umilința, nedreptatea, agresivitatea, durerea, abuzul, violența, frica, frica, frica, toate mi-au intrat în oase, în carne, în suflet, în creier, secundă de secundă, zi de zi, an de an, s-au înghesuit acolo, s-au agățat cu ghearele de pereții interiori ai sufletului și nu au mai plecat niciodată, doar s-au pitulat și au izvorît simptome, boli, anxietăți, depresie, comportamente disfuncționale, dezadaptative sau supraadaptative.

M-am văzut fărîme. Mi-a venit în minte un bibelou (poate fiindcă povestise o altă colegă cum se juca singură și ignorată de părinți cu bibelourile, căci nu avea păpuși) extrem de fragil pe care cineva îl pune într-un săculeț negru și apoi vine zilnic și îl izbește cu bătătorul de șnițele. Uneori, în cîte o zi mai proastă,