

**Myriam Brousse**  
*în colaborare cu*  
*Valérie Péronnet*

# CORPUL NU UITĂ

Vindecarea traumelor  
profunde din inconștient

Traducere din limba franceză de  
Cristina Livia Vasilescu

philobio

Myriam Brousse  
avec la collaboration de Valérie Péronnet

© LIBRAIRIE ARTHÈME FAYARD, 2007.

## CORPUL NU UITĂ

### VINDECAREA TRAUMELOR PROFUNDE DIN INCONȘTIENT

Myriam Brousse  
în colaborare cu Valérie Péronnet

ISBN 978-606-8560-89-2

© 2019 – Editura PHILOBIA

internet: www.philobia.com  
e-mail: contact@philobia.com

*Editor: Bianca Biagini*

*Traducere: Cristina Livia Vasilescu*

*Redactor: Renata Ungureanu*

*DTP: Petronella Andrei*

*Corecțură: Oana Tăranu*

*Copertă: Cătălin Furtună*

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

BROUSSE, MYRIAM

Corpul nu uită : vindecarea traumelor profunde din inconștient /

Myriam Brousse ; în colaborare cu Valérie Péronnet. - București : Philobia, 2019

ISBN 978-606-8560-89-2

I. Péronnet, Valérie

159.9

## Cuprins

Eram pe moarte...	7
Ce ne face să suferim	19

1. PROBLEME MICI, SUFERINȚE MARI.....	25
Schemele repetitive.....	27
Ceea ce ne-a salvat poate, de asemenea, să ne omoare ...	32
Beneficii secundare.....	36
Modificarea simptomelor .....	37
O pietricică ce provoacă durere.....	39
2. TRAUMELE .....	41
Trauma inițială.....	42
Evenimentul contaminant .....	47
3. LOUISE, UN SECOL DE SUFERINȚĂ... .....	51
O istorie a amintirilor.....	55
4. TEMP PENTRU A ÎNTELEGE .....	57
O singură energie .....	59
O vibrație nesfârșită .....	60

5. ISTORIA DINAINTEA ISTORIEI .....	63
Energia creatoare .....	64
Actul creator .....	65
Sertare generaționale.....	68
Memoria familială .....	69
Povara familiilor .....	72
O partitură elementară .....	77
6. ISTORIA CARE SE REPETĂ.....	79
Cicluri biologice memorizate.....	81
„Data independenței” .....	82
Grila vieții .....	84
Analogie muzicală.....	87
Octavă identică .....	88
Cvintă și sens .....	89
Cvartă în tacere .....	89
Terță persoană.....	90
Aniversări .....	91
Rangul nașterii .....	93
Transformarea suferinței .....	94
7. NOUĂ LUNI .....	97
Prima lună. Demultiplicarea.....	98
Luna a doua. Mișcarea .....	98
Luna a treia. Sexul .....	99
Luna a patra. Glandele.....	99
Luna a cincea. Neuronii.....	100
Luna a șasea. Respirația.....	101
Luna a șaptea. Auzul .....	101
Luna a opta. Răsucirea.....	102

Luna a nouă. Lumina .....	103
Amprenta fetală .....	103
8. DUREREA DE A NE NAȘTE.....	105
Respirație existențială .....	106
Amprenta nașterii.....	109
Acțiune, reacțione .....	111
9. EU ȘI CELĂLALT EU AL MEU .....	115
Dublura placentară.....	116
Geamănul dispărut .....	118
Geamănul insuportabil .....	121
10. JEANNE, O VIAȚĂ ÎNTREAGĂ FĂRĂ A RESPIRA .....	123
Ce ne eliberează.....	131
11. O VIAȚĂ ÎNTR-UN BORCAN .....	135
Stratul intelectual.....	135
Stratul emoțional .....	137
Stratul senzorial .....	139
Zidul .....	141
Stratul fizic.....	142
„Cutia neagră” și culoarul .....	144
12. PATRU ETAPE CĂTRE LIBERTATE .....	147
A ne informa și a vedea .....	147
A ne dezinforma și a accepta .....	151
Dezactivarea memoriei .....	155

A ne reinforma și a transforma.....	156
Un travaliu fundamental foarte concret.....	157
Boala aceasta nu este un pas spre moarte .....	160

**13. INSTRUMENTE PENTRU A AVANSA .....**163

Cuvintele corpului.....	164
Biorezonanța celulară.....	165
Cercurile lui Phyllis Krystal .....	166
Uniunea face forța .....	170

**14. CLAUDE ȘI PIERRE – A NAȘTE, A FACE  
SĂ SE NASCĂ ȘI A RENAȘTE .....**173

<b>... sunt vie!</b> .....	181
<i>Postfață</i> .....	183
<b>Mulțumiri .....</b>	188

Eram pe moarte...

Într-o dimineată, m-am trezit scăldată în propriul meu sânge. La spital, medicii m-au diagnosticat rapid: cancer ovarian. M-au deschis, mi-au scos ce aveau de scos, m-au închis și apoi m-au anunțat că n-o mai duc mult. Prea târziu, prea avansat. După părerea lor, mai aveam cel mult un an de trăit. Încă somnolentă după anestezie, am auzit pe cineva spunându-i altciva: „Chiar nu înțeleg de ce mai operăm oameni ca ea... Femeia asta e terminată, nu-i dau mai mult de trei luni”. Nici nu împlinisem patruzeci de ani și urma să mor. Exact ca bunica și ca mama: prea tinere și de aceeași boală.

Eram sfâșiată de durere, dar și extrem de furioasă pe această boală pe care nu o puteam controla. Nu înțelegeam ce mi se întâmplă, nici de ce mi se întâmplă aşa ceva. Mă simțeam deznașjduită, pierdută. Odată ce eram pe moarte, nu-mi mai rămânea decât să mor...

Îmi amintesc foarte bine apariția acelui bărbat tibetan, într-o dimineată, în camera mea de spital. Stătea acolo, în fața patului meu. Când l-am văzut, am crezut că ajunsesem deja pe cealaltă lume. Omul mi-a explicat că a fost trimis de una dintre prietenele mele și m-a întrebat: „Vrei să trăiești și să te

vindeci?”. Nu știam. Sufeream atât de tare, încât nu-mi doaream altceva decât să înceteze totul. Apoi mi-a apărut în minte imaginea fricei mele, pe care îmi doream s-o văd în continuare crescând. Și m-am gândit că aş vrea să înțeleg. Să găsesc un sens tuturor acestor lucruri. Bolii mele, vieții mele... Într-un final, am spus că da. Bărbatul m-a privit foarte liniștit și mi-a răspuns: „Foarte bine, o să te ajut, dar cu trei condiții. În primul rând, încerci să revii la viață, descoperindu-i rostul. Apoi, faci tot ce-ți spun eu. Și, în sfârșit, când te vei însănătoși, vei transmite mai departe tot ce ai învățat”.

Iată cum a început totul.

Bărbatul acela m-a vizitat zilnic. Cum venea, cum mă întreba: „Vrei să trăiești astăzi?” Când lupta era prea chinuitoare și frica mă paraliza, răspundeam că nu. Atunci el pleca, fără să spună nimic, și eu rămâneam singură cu calvarul meu. Rătăcind ore și zile în suferința mea, în căutarea unui sens...

De cele mai multe ori însă, am spus da. Și omul m-a învățat.

Mai întâi, mi-a arătat cum să nu evadez în morfină și cum să-mi înfrunt durerea. Să o ascult, pentru a auzi ce are ea să îmi transmită. Să o urmez, să nu scap de ea, pentru a-i găsi un sens. Să trec prin ea, pentru a continua să avansez. Am descoperit, am simțit. Am resimțit. Mi-am asumat riscul de a diminua dozele de analgezice pentru a nu pierde contactul cu ceea ce se întâmplă în corpul meu. Am acceptat să sufăr, puțin, mult, pentru că trebuia să trec prin tot. Am făcut această ciudată călătorie până la capăt, până acolo unde suferința cedează și se inversează pentru a lăsa loc liniștii.

Omul acela m-a învățat, de asemenea, să încerc să înțeleg de ce și cum am ajuns până acolo, la porțile morții. Am început să răscolesc prin amintiri, mergând înapoi pe firul evenimentelor petrecute în viața mea, încă de la începuturile ei. Încetul cu încetul, am putut spune lucrurilor pe nume, explorându-mi trecutul dintr-o nouă perspectivă... Era ca și cum m-aș fi restabilit în mine însămi. Am simțit că toate suferințele acumulate de atâta vreme îmi întepeniseră corpul atât de tare, încât aproape că-l împiedicaseră să trăiască.

Am văzut conturându-se, din ce în ce mai clar, umbrele și luminile istoriei mele. Mi-am amintit de momentele de lumană, de căldură și de unele miroșuri speciale. Și de o fântână cu apă pură, într-o curte interioară, și de o femeie blandă, care mă ținea de mâini. Mă aruncam în brațele ei cu toată puterea și asta mă umplea de fericire. Mi-au revenit în minte acea senzație de gădilătură în stomac, căldura unor brațe și a unor sânii la adăpostul căroră mă ghemuiam.

Și apoi, într-o dimineată, fără să am nici cea mai vagă idee cum de trecusem dintr-una într-alta, m-am trezit într-o suferenie rece, sub privirea unei bunici austere și a unei mătuși care detesta fetițele. În fundul încăperii, un băiețel blond și vesel se bucura de toate favorurile lor – „Cât de mult își iubește tatăl, copilul ăsta...“ În burta mea, gădilătura s-a transformat într-o strângere dureroasă. Mama nu mai era acolo și nici tata. Ceilalți îl iubeau pe fratele meu, dar pe mine nu. Cine eram eu? Unde mă aflam? Ce se întâmplă și de ce?

Mi-am adus aminte de zilele care au urmat și de discuțiile soptite despre moartea mamei mele. De tandrețea cu care era înconjurat frățiorul meu și de privirile goale îndreptate asu-

pra mea. Simteam că sunt în plus, că deranjez. Nu știam însă ce anume mi se reproșa și nici ce făcusem ca să merit aşa ceva.

Otilele repetitive m-au învățat că, pentru a fi iubită, sau cărui pentru a primi o aparentă atenție, trebuie să fiu bolnavă. Prin urmare, m-am îmbolnăvit de multe ori. De prea multe ori, fără îndoială... Într-o după-amiază de duminică, am fost dusă la călugărițe. Era mai simplu pentru toată lumea. Aveam șapte ani. Mi-au revenit în minte gustul amar și deznădejdea resimțită în acea duminică. Miroslul de ceară și de supă din vorbitor și sărutul sec al călugăriței însărcinată să mă primească. Mi-am amintit ce am gândit atunci, și anume că sunt, fără îndoială, cea care a provocat o nenorocire și că nu-mi rămasese decât să mă pliez regulilor pensionului.

Când nevoia de căldură și de afecțiune era prea mare, mă îmbolnăveam sau mă prefăceam că sunt bolnavă, pentru a mă putea cuibări la infirmerie.

În ziua în care am împlinit doisprezece ani, maica superioară m-a convocat în biroul ei pentru a mă anunța că a auzit glasul Domnului, care i-a spus că trebuie să mă pregătesc să devin călugăriță. Am refuzat. Tot ce doream era să părăsesc acea mănăstire. Între timp, am petrecut săptămâni întregi la infirmerie, sufocată de bronșite interminabile. Așa am decis să devin medic, pentru a-i îngrijii pe oamenii bolnavi sau care, la fel ca mine, erau nevoiți să se îmbolnăvească pentru a fi iubiți. Și am ajuns studentă la medicină...

Mi-am amintit, de asemenea, de ziua în care am primit boala aerului. Eram în anul II. Privirea mi s-a intersectat cu cea a pilotului și am simțit din nou în stomac aceleași gâdilături atât de plăcute de pe vremea când aveam doi ani și jumătate. Când el m-a luat în brațe, mi-a fost bine, mi-a fost cald și a

reapărut speranța. Viața. Chiar dacă, în sinea mea, simteam ascunsă frica de un pericol iminent, ce ar fi pus capăt brusc acestei minuni. Și chiar dacă în acea trăire plăcută se amestecau privirile reci, acuzatoare, ale bunicii și ale mătușii, pe care încă nu mi le puteam explica.

Aveam douăzeci de ani și rochia mea de mireasă era pregătită când, într-o zi, a sunat telefonul. Avionul logodnicului meu pilot tocmai se prăbușise. Și, odată cu el, tot viitorul meu.

Mi-a revenit în minte casa rece ca încăperea unui vorbitor, plină de oameni în halate albe, de vorbe dulce și de figuri compătimitoare, în care încercam să mor. Ei spuneau „depresie” și eu simteam în adâncul stomacului, exact în locul unde stătea cuibărită frica mea, că boala nu mai era îndeajuns, că totul în mine se desprindea de viață și că, din vertij în vertij, cădeam în gol și în deznădejde.

Într-o zi, am știut că trebuie să fac ceva cu viața mea în loc să-o las să dispară. Am părăsit casa de odihnă și m-am lăsat impulsionată de un suflu puternic: dar dacă maica superioară avusesese dreptate? Dacă refuzul meu de a asculta chemarea Domnului atunci, la doisprezece ani, a dus la pierderea vieții logodnicului meu? Așa că am decis să intru la mănăstire.

Mi-am amintit de acei noi ani de izolare. Ani grei și dure-roși, care îmi sunt totuși dragi, și pe care i-am petrecut căutând răspunsuri la întrebările ce mă chinuau încă din copilărie. Chemând un Dumnezeu pe care nu-l găseam. Asculțându-mi corpul, privat de orice placere, pentru a înțelege ce anume sălășluiua în el în fiecare moment. Am găsit multe răspunsuri. După cinci ani, într-o zi de Paști, am înțeles că toate lucrurile acelea aveau un sens, încă neștiut de mine. M-am

simțit vie, însuflețită, și am repornit în viață pentru a încerca să-l găsesc.

Viața! Reîntâlnirea mea cu lumea! Nici vorbă să mai urmez medicina – ieșirea mea de la mănăstire a stricat definitiv relațiile mele cu familia, care mi-a tăiat subvențiile. Mi-am găsit un loc de infirmieră într-un spital. Am învățat să îngrijesc copurile altora. Am devenit asistenta unui doctor. Apoi m-am îndreptat către alte orizonturi. Am învățat despre comerț, despre industrie.

Am învățat, de asemenea, despre propriul meu corp... Dragostea, dorința, plăcerea, maternitatea. Necazurile, bucuriile, despărțirile, fricile. Căutarea disperată a acelor gândilituri atât de plăcute din copilărie, a acelor îmbrățișări. O viață de mamă extrem de tensionată, de director de firmă, în cele din urmă, dar și de femeie îndrăgostită. Ulterior părăsită de bărbatul iubit, cu câteva săptămâni înainte de acea dimineață în care m-am trezit agonizând, scăldată în propriul sânge.

Și, dintotdeauna, undeva în umbră, imprimată parcă în fiecare celulă a corpului meu, acea nevoie de a înțelege și de a găsi un sens, fără a ști unde și nici cum să-l cau...

Când am intrat în acel spital, plină de sânge, eram o ființă carteziană, raționalistă. Habar n-aveam ce avea să se întâpte în viața mea. Zi după zi însă, timp de zece ani, înțeleptul tibetan m-a învățat să privesc viața dintr-o altă perspectivă, să ascult diferit, să simt și să resimt din toată ființa mea. Și simțeam că mi-e bine. Pe măsură ce corpul meu înțelegea și se elibera de amprente dureroase, sufletul își croia drum și modul meu de a privi lucrurile începea să se schimbe.

Omul acela m-a condus până la frontierele fricii de moarte.

Mi-a deschis porțile unei alte existențe, unde eliberarea e mai presus de vindecare. Mi-a dezlegat vorbele și conștiința. M-a acompaniat și m-a încurajat să trec dincolo de gândire, apoi de emoții, pentru a intra în contact cu senzațiile mele și a asculta ce anume îmi transmite corpul prin intermediul lor. M-a ajutat să-mi trezesc memoria trupului, care purta în el originea suferințelor mele, amprente și influențele tuturor supărărilor trăite și moștenite. Mi-a arătat cum să nu mă mai tem de ele, ci dimpotrivă, și cum să-mi regăsesc această memorie și să ajung la sursa ei pentru a o dezamorsa și a mă elibera de ea.

Mi-a explicat că vorbirea mă ajută să străbat straturile de memorie depozitate asemenea unor sedimente, dar că ea nu este suficientă. M-a ajutat să simt în profunzimile măruntaielor mele, ale mușchilor, ale nervilor mei, ale cărñii mele, că el avea dreptate. Și am înțeles, experimentând, că trebuie să transform ceea ce a fost frânt și deformat în corpul meu, împrimând acelor lucruri o nouă mișcare.

Am trecut printr-o mare durere... Ea mi-a readus în minte amintiri adânc îngropate și mi-a stârnit revolta împotriva suferințelor mele din copilărie. Dispariția mamei, pustiul lipsit de dragoste în care m-a aruncat absența ei. Indiferența crudă a tatălui meu, care, de fapt, nu-mi era tată. Ura stăruitoare a familiei lui, care nu a vrut să mă iubească pentru că eram un copil nelegitim și care m-a tratat ca pe o străină vinovată. Niciunul din toate astea nu mi se povestise, dar totul exista acolo, în mine, gravat în trupul meu... A fost „de-ajuns” să învăț să-l ascult. Dar această învățătură a durat ani de zile!

Încetul cu încetul, am reușit să aud și să accept ceea ce îmi transmitea corpul meu. După două luni, am ieșit din spital. Pierdusem totul, dar nu-mi păsa. Știam că trebuie să fac ceva cu viața mea, dar încă nu știam ce anume.

În cele din urmă, mi-am recăpătat forțele. De la o zi la alta, m-am simțit tot mai bine. Am fost pe moarte, dar n-am murit.

Am descoperit psihologia și tot ceea ce mă putea ajuta să găsesc un sens: yoga, psihanaliza, acupunctura, genealogia, masajele... M-am dus să cunosc profesori și vindecători, medici și șamani, până în Filipine. Am căutat în religii, în culturi, în ritualuri și în tradiții. Nimic nu îmi era îndeajuns. Prezența zilnică a maestrului tibetan în preajma mea mi-a deschis mintea și sufletul către o lume neîncepută, în care oamenii, cu sau fără diplome, își transmit învățături cărora nu le cunosc originea, dar pe care le-au verificat, generație după generație, adeșorii fără a le putea explica. Și aşa am descoperit cărțile yoghinului breton Satprem, care m-au condus către Mama și Sri Aurobindo, maeștrii lui indieni, care vorbeau despre un „mental al celulelor”, despre o memorie înrădăcinată în corp. Și am simțit că e adevărat. Spuneau că totul vine de acolo, fără a preciza cum și de ce. Limbajul lor era ermetic. Pentru a reuși să-l înțeleg și să-l integrez, trebuie să-l decodez prin experiențele trăite.

Într-o zi, maestrul meu tibetan mi-a spus: „Fă ce ai învățat”, și apoi a plecat. Am început să fac ce învățasem, lucrând cu diverse persoane care veneau să mă vadă. Le-am ajutat, la fel cum fusesem eu ajutată de maestrul meu tibetan, să-și asculte corpul și să-și elibereze memoria, pentru a se putea simți mai bine.

Le-am văzut trecând, la rândul lor, prin ceea ce trecusem eu. Împreună cu aceste persoane, am continuat să caut neobosită cauza lucrurilor. Am înțeles și am constatat de mii de ori cât de adânc ne este întipărăță memoria în trup. Și că, pentru a ne simți mai bine, trebuie să „cobelâram” în corp pentru a întâlni, în mod concret, amprenta tuturor lucrurilor moștenite, a celor petrecute în momentul conceperii și al nașterii noastre, iar mai apoi în toate momentele din decursul vieții. Am înțeles și am constatat, de asemenea, că noi suntem ființe incarnate în materie și că de aceea trebuie să căutăm, în corp, locul precis care îi va permite acestuia să-și găsească, în cea mai mare suferință a lui, eliberarea deplină.

Nu pretind nici că tratez, nici că vindec. Munca mea este să-i însoțesc pe cei care îmi cer asta în propriul lor travaliu asupra memoriei și să-i ajut pe cei care vor să-și elibereze corpul de amprente dureroase ale acestei memorii, pentru a se putea simți, în sfârșit, mai bine.

Nu pretind nici că găsesc explicații la orice, dimpotrivă. Pentru că nu totul este explicabil, chiar dacă medicina face mari progrese și doctorii – unii dintre ei neezitând să mă recomande pacienților lor sau să vină să lucreze cu mine – încearcă să înțeleagă, cu instrumentele lor științifice, modul atât de complex și încă ascuns în care funcționează memoria corporală. Și pentru că am preferat în cele din urmă să-mi folosesc timpul și energia pentru a ști mai degrabă „cum” decât „de ce”.

Am lucrat, în ultimii treizeci de ani, cu sute de persoane. Le-am observat, le-am acompaniat, am adunat laolaltă tot ceea ce am învățat împreună cu ele și aşa am ajuns să consider drept evidentă existența unei memorii corporale întipărăță în

noi încă din viața intrauterină. Și să constat că tocmai această memorie este cea care răsună de-a lungul întregii noastre vieți și ne poate arunca în suferință, în moarte, în deznaștere... Am elaborat astfel, încetul cu încetul, metoda pe care o folosesc în prezent. Toți acești ani de cercetare mi-au permis să simt învățările primite de la maestrul meu, să le practic, să le verific, să le expun, dar și să le completez înainte de a le retransmite, la rândul meu. Pentru ca aceste învățături să rămână, să se dezvolte și să transforme perspectiva și viața celor care au nevoie de ele, la fel cum mie însămi continuă să-mi transforme, zi de zi, existența și perspectiva asupra ei.

### Ce ne face să suferim

„Mi-e rău”, „Nu mă simt bine”, „Aș vrea să înțeleg, să găsesc un sens tuturor acestor lucruri...” Toate persoanele care vin la mine sunt în această situație: suferă sau caută o explicație, iar adesea o fac de mulți ani. Unele și-au fixat suferința într-un loc precis: „Am niște migrene îngrozitoare, cel puțin de două ori pe lună”; „Așa de tare mă doare spatele, încât aproape că nu mă mai pot mișca”; „Cum încep să merg, simt că mă sufoc”; „De ani de zile tot încercăm în zadar să avem un copil”. Altele au dezvoltat boli cronice sau agresive, care le distrug mai mult sau mai puțin rapid; inimi care cedează, tumori care proliferează, eczeme care nu mai dispar... Altele, în sfârșit, nu știu sau nu mai știu și încearcă să înțeleagă, să găsească o explicație; nu se simt bine în pielea lor, în mintea lor, în familia lor, în viața lor, sunt epuizate de neîncetatele necazuri cu care se confruntă și de repetarea acelorași situații durerioase, despărțiri, accidente, doliuri, a celorași rătăciri.

Le primesc, le ascult, le încurajez să-și povestească parcursul, personal și familial. Și ele sunt adeseori uimite, consternate, uneori ușor jenate că le cer s-o facă: ce legătură poate fi între o durere de spate cronică și modul în care s-au cunoscut părinții lor? Între eșecurile profesionale sau sentimentale repetitive și îndepărtata poveste a străbunicului, de-acum uitată? Între migrenele nesfârșite și sarcina perturbată a unei mame,